Школа	МБОУ "ОЦ№ 10 Майкопского района"	Отд./корп	1-4							День	3/27/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	109	Каша молочная овсяная из Геркулеса	155.00	11.14	190.10	6.84	10.30	19.36
	гор.напиток	300	Чай с сахаром	200.00	1.79	48.64	0.12	0.00	12.04
	хлеб		хлеб пшеничный	30.00	1.55	72.60	2.40	0.30	14.60
	закуска	366	Сыр адыгейский	60.00	23.47	96.00	5.60	7.80	0.00
	фрукты	386	яблоко	180.00	12.65	88.00	0.80	0.80	19.60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи по сезону(огурцы соленые)	60.00	9.17	47.00	0.72	2.82	4.62
	1 блюдо	86	Суп картофельный с крупой	200.00	4.55	72.60	1.59	2.19	11.66
	2 блюдо	214	Рагу из птицы	205.00	33.78	493.73	18.61	19.34	59.12
	гарнир								
	сладкое	282	Компот из яблок	200.00	4.25	60.64	0.16	0.00	14.99
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30.00	1.55	72.60	2.40	0.30	14.60
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30.00	2.22	49.92	1.05	0.36	10.74