Школа	МБОУ"ОЦ№ 10 Майкопского района"	Отд./корп	1-4					День	3/30/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	318.227	Птица тушеная в соусе с макаронами отварными	280.00	57.45	394.10	24.62	22.50	40.93
	гор.напиток	294	Чай с лимоном	200.00	2.82	61.62	0.07	0.01	15.31
	хлеб		Хлеб пшеничный	30.00	1.55	72.60	2.40	0.30	14.60
	фрукты								
	закуска	247	овощи по сезону(огурцы соленые)	60.00	9.17	58.88	3.80	3.00	5.55
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	247	овощи по сезону(огурцы соленые)	60.00	9.17	16.03	1.10	0.10	3.40
	1 блюдо	45	Борщ с капустой и картофелем	200.00	7.04	88.89	1.52	5.33	8.65
	2 блюдо	181	Жаркое по-домашнему	220.00	87.81	334.08	16.54	17.33	22.13
	гарнир								
	сладкое	282	Компот из яблок с лимоном	200.00	7.25	141.98	0.33	0.00	40.66
	хлеб бел.		Пшеничный	30.00	1.55	72.60	2.40	0.30	14.60
	хлеб черн.		Ржано-пшеничный	30.00	2.22	49.92	1.05	0.33	13.74