| Школа | МБОУ "ОЦ № 9 Майкопского района" | Отд./корп | 1-4 | | | | | День | 4/10/2023 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

| 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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |