Школа	МБОУ"ОЦ №9 Майкопского района"	Отд./корп	1-4						День	16.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша "Дружба" с яйцом отварным	240,00	20,43	231,70	11,08	14,40	24,38
	гор.напиток	300	Чай с сахаром	200,00	1,69	48,64	12,00	0,00	12,04
	хлеб		Пшеничный/ржано-пшеничный	60,00	3,45	122,52	3,45	0,66	25,34
	закуска								
	фрукты	386	Фрукты свежие(яблоко)	180,00	9,34	88,00	0,80	0,80	19,60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	247	Овощи по сезону(огурец соленый)	60,00	9,44	9,60	0,66	0,06	1,44
	1 блюдо	45	Суп картофельный с бобовыми	200,00	8,83	79,03	1,87	3,11	10,95
	2 блюдо	410	Фрикадельки из кур	95,00	36,50	190,70	13,70	14,90	7,30
	гарнир	224	Рис отварной	150,00	8,62	225,10	3,80	5,08	40,20
	сладкое		Сок яблочный	200,00	17,60	92,00	1,00	0,20	20,20
	хлеб бел.		Пшеничный	30,00	1,42	72,60	2,40	0,30	14,60
	хлеб черн.		Ржано-пшеничный	30,00	2,03	49,92	1,05	0,36	10,74