



| Школа      |            | МОУ СОШ № 16 с. Александровское |                            |          |       | Отд./корп    | День  |      |          |  | 04.09.2024г. |
|------------|------------|---------------------------------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|--|--------------|
| Прием пищи | Раздел     | № рец.                          | Блюдо                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |  |              |
| Завтрак    |            | 139                             | капуста тушеная            | 60       | 4,97  | 72           | 2     | 4    | 8        |  |              |
|            |            | 260                             | гуляш из свинины           | 90       | 62,22 | 131          | 11    | 11   | 3        |  |              |
|            |            | 302                             | каша гречневая рассыпчатая | 150      | 12,57 | 206          | 4     | 5    | 38       |  |              |
|            |            | 376                             | чай с сахаром              | 180      | 1,79  | 60           | 0     | 0    | 15       |  |              |
|            |            | 1                               | хлеб пшеничный             | 20       | 1,04  | 84           | 2     | 0    | 31       |  |              |
| завтрак 2  | фрукты     |                                 | бананы свежие              | 100      | 14,25 | 96           | 1     |      | 31       |  |              |
|            |            |                                 |                            | 600      | 96,84 | 649          | 20    | 20   | 126      |  |              |
|            |            |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
| Завтрак 2  | фрукты     |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            |            |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            |            |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
| Обед       | закуска    |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            | 1 блюдо    |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            | 2 блюдо    |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            | гарнир     |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            | сладкое    |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            | хлеб бел.  |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            | хлеб черн. |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |
|            |            |                                 |                            |          |       |              |       |      |          |  |              |