

УТВЕРЖДАЮ:

Некоз Е.В. _____

| Школа | МБОУ СОШ №2 г. Константиновск Ростовская обл. | | | Отд./корп | | | Пятница 1 неделя | | |
|------------|---|---------|----------------------------|-----------|-------|--------------|------------------|-------|----------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 260м | гуляш из свинины | 90 | 32,16 | 278,10 | 9,6 | 23,39 | 2,80 |
| | горяч напиток | 376м | чай с сахаром | 200 | 2,09 | 60,0 | 0,00 | 0,00 | 15,0 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 50 | 3,10 | 93,52 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| | гарнир | 303м | каша гречневая | 150 | 13,31 | 145,50 | 4,58 | 5,01 | 20,52 |
| | закуска | 45м | Салат из белокачан.капусты | 60 | 3,23 | 36,24 | 0,79 | 1,95 | 3,88 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 52 | Салат свекольный | 60 | 3,50 | 74,84 | 1,05 | 5,2 | 5,96 |
| | 1 блюдо | 101 | Суп рисовый | 200 | 5,83 | 117,6 | 2,3 | 2,8 | 20,8 |
| | 2 блюдо | 290\331 | Курица в томат-смет. Соусе | 90 | 34,10 | 174,64 | 13,75 | 11 | 5,16 |
| | гарнир | 302 | Каша пшеничная | 20 | 10,30 | 187 | 4,3 | 8,2 | 24 |
| | напиток | 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,20 | 132 | 0,66 | 0,09 | 3207 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 25 | 1,55 | 12,25 | 1,98 | 0,25 | 0,52 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 25 | 1,60 | 10,52 | 1,4 | 0,28 | 0,6 |



Завтрак



Обед