Школа	МБОУ "СОШ с. Лорино"			Отд./корп	7-11 лет			День	22.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	250	Каша манная вязкая	200	118,65	279,4	7,74	11,82	35,54
	гор.напиток	498	Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)	200	45,85	147	3,70	3,80	24,50
	хлеб	94	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	60	18,15	191,59	3,55	11,49	20,59
Обед	закуска	107	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	48,50	13	0,80	0,10	1,70
	1 блюдо	128	Борщ с капустой и картофелем	250	63,68	95	1,83	5,00	10,65
	2 блюдо	403	Сердце в соусе	100	77,26	234	24,30	13,40	4,10
	гарнир	240	Каша рисовая рассыпчатая	200	22,2	292	4,94	8,14	49,74
	сладкое	508	Компот из смеси сухофруктов	200	15,65	110	0,50	0,00	27,00
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	100	6,11	235	7,60	0,80	49,20
Полдник	гор.напиток	493	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	27,70	58,76	0,20	0,00	15,02
	закуска	588	Вафли	100	12,00	350	2,80	3,30	77,30