день: 12.05.22 10 четверг

возрастная категория: 5-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
	Завтрак						
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	30	0,35	0,05	1,15	6,40	10,43
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,00	13,70	0,40	192,70	63,54
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,30	4,90	32,80	196,80	11,50
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	100	3,60	7,40	9,60	119,20	17,14
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60	27,90	3,91
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,1
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,74
	сок натуральный (яблочный)	200	0,20	0,26	22,60	92,00	27
	Итого:	**786**	**29,80**	**26,87**	**94,81**	**739,10**	135,36

МКОУ СОШ им. Гажгиева З.И. с.п. Хушто-Сырт