

Чтвртмуроо  
 Директор О.А.О.Ошмиде  
 День: 5.04.22

Школа: МБОУ «Урицкая СОШ»  
 Нач. Класса.

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Гор. блюдо	Чаша овсян.	100	2,1	3,1	15,7	99,1
	Гор.напиток	Сок слив.	180/15	0,1	—	15,0	60,4
	хлеб	Хлеб се.	30	2,4	0,4	12,6	63,6
		Яйцо ст.варе	1	18,4	16,7	1,0	145
Завтрак 2	Фрукты	Банан	100	1,9	16,0	3,2	420
обед	Закуска						
	1 блюдо	Суп томат с курицей	200	5,6	4,4	18,5	136,0
	2 блюдо	Мясное в соусе	50/50	15,4	6,4	3,7	134,0
	Гарнир	Макарон	100	3,6	3,2	19,1	119,6
	Сладкое	Компот из фруктов	180	0,4	—	34,6	128,0
	Хлеб белый	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	63,6
	Хлеб чёрный						