



Школа		МБОУ ООШ №12 х.Мамацев		Отд./корп.		День			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	209, 221	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ, КАША ПШЕНИЧНАЯ	245,00	51,32	471,84	23,48	21,39	46,57
	гор.напиток	294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200,00	2,72	48,64	0,12	0,00	12,04
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	1,42	72,60	2,40	0,30	14,60
	закуска		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	12,48	12,60	0,72	0,09	2,97
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60,00	9,32	12,00	0,70	0,10	1,90
	1 блюдо	37	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200,00	7,99	88,89	1,52	5,33	8,65
	2 блюдо	176	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	120,00	89,00	325,69	21,72	25,11	3,85
	гарнир	227	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150,00	8,56	211,10	5,52	5,30	35,33
	сладкое	284	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200,00	6,95	104,07	0,25	0,25	25,35
	хлеб бел. хлеб черн.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ХЛЕБ РЖАНОПШЕНИЧНЫЙ	60,00	3,45	122,52	3,45	0,66	25,34