Школа	МБОУ Сепская ООШ	Отд./корп							День	четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	220	Каша ячневая молочная жидкая	150		170	6	5	25
	гор.напиток	457	чай с сахаром	200		38	0	0	9
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		68	2	0	15
			Хлеб ржано-пшеничный	20		40	2	0	8
			Масло сливочное	10		77	0	7	0
Завтрак 2	фрукты								
			Вафли	10		49	1	2	7
Обед	закуска	47	винегрет овощной	60		52	1	4	4
	1 блюдо	104	щи из свежей капусты с картофелем	200		56	1	4	5
	2 блюдо	81	фрикадельки из мяса птицы	80		121	11	8	1
	гарнир	202	каша гречневая	150		174	6	6	10
	сладкое	487	Компот из яблок с лимоном	200		60	0	0	14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20		48	2	0	10
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30		64	2	0	13
		543	булочка дорожная	60		205	4	8	29
									1189