|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ: Донская ООШ | |  | Отд./корп |  |  | День | 31.01.2023 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 143 | котлеты рыбные | 100 | 184 | 11 | 10 | 12 |
|  | гор.напиток | 269 | какао с молоком | 180 | 102 | 3 | 3 | 16 |
|  | хлеб |  | йодированный | 30 | 78 | 2 | 15 | 15 |
|  |  | 376 | рис отварной | 180 | 269 | 5 | 6 | 48 |
|  |  | 240 | свежий помидор | 30 | 7 | 0 | 0 | 1 |
|  |  |  |  | 520 |  |  |  |  |