Школа	МАОУ "СОШ № 22"			Отд./корп	1-4			День	10.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Голень отварная	80	48.96	158	27	6	0
			Макароны отварные	150	20.00	168	5	2	35
	напиток		Чай с сахаром	200	5.06	58	0	0	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	45	2.20	106	3	0	22
			Икра кабачковая	60	18.78	47	1	3	4
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
	Итог			545	95.00	860	29	12	163