Школа **МБОУ СОШ № 28** Отд./корп **5-11класс** День **10 марта**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо								
	Гарнир								
	Гор.напиток								
	Хлеб								
Завтрак 2	2 завтрак								
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Суп рыбный	250	10,37	136	5	3	22
	2 блюдо		Гуляш из куриных грудок	100	21,38	119	18	17	9
	Гарнир		Греча отварная	200	10,20	320	22	9	62
	Гор.напиток		Чай сладкий	200	1,26	58	0		16
	Хлеб черный		Ржаной	33	1,08	116	3	0	26
	Полдник								