

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

5

День

13.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		3/2004	Б-д с сыром	18/42	15,20	125,92	5,266	4,705	15,420
	1 блюдо	315/2004	Запеканка творожно - рисовая со сгущенным молоком	180/22	24,39	383,040	11,585	9,141	71,184
	напиток	692/2004	Кофейный напиток	200	6,07	89,850	1,450	1,600	17,320
	Фрукт	401	груша	200	26,32	94,000	0,800	0,600	20,600
				Итого за завтрак		72 Р	692,810	19,101	16,046
Обед	1 блюдо	134/2004	Суп Крестьянский с крупой и куриной грудкой	250/18	12,55	156,150	10,538	8,757	7,092
	2 блюдо	400/2004 598/2004	Суфле рыбное под соусом молочным густым	80/30	26,68	158,470	16,380	8,846	4,573
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	12,07	169,030	3,961	5,119	26,530
	напиток	645/2004	Кисель из сока	200	5,86	154,660	0,310	0,075	47,320
	Хлеб	902	ржаной	52	2,44	94,120	3,468	0,692	17,850
				Итого за обед		60 Р	732,43	34,66	23,49
			Итого за день		132 Р	1425,24	53,76	39,54	227,89

|

|