

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

10

День

20.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	436/2004	Жаркое по-домашнему	150/50	47,06	220,74	12,159	15,668	7,798
	напиток	686/2004	Чай с сахаром	200/15	1,24	59,850	0,000	0,000	14,970
	Хлеб	902	ржаной	38	1,79	68,78	2,535	0,505	13,045
				Итого за завтрак		50 Р	349,370	14,694	16,173
Обед	1 блюдо	135/2004	Суп овощной	250	6,17	97,450	4,930	5,250	10,200
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	9,62	249,500	4,590	4,225	48,170
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	65/50	38,03	313,690	16,192	25,570	4,264
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,75	116,050	0,460	0,100	28,130
	хлеб	902	ржаной	43	2,02	77,830	2,868	0,572	14,760
				Итого за обед		60 Р	854,52	29,04	35,72
			Итого за день		110 Р	1203,89	43,73	51,89	141,34

I

I