

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

13

День

25.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		1/2004	Б-д с маслом	30/15	12,96	189,59	3,329	10,540	22,270
	гор.блюдо		Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200/5	22,45	302,450	10,129	13,290	16,760
	выпечка	736/2004	Пирожок печеный с повидлом	100	6,07	316,275	6,128	10,398	62,055
	напиток	692/2004	Кофейный напиток	200	8,38	89,850	1,450	1,600	17,320
			Итого за завтрак		50 Р	898,165	21,036	35,828	118,405
Обед	1 блюдо	124/2004	Щи из св.капусты с картофелем и куриной грудкой	250/20	14,32	149,920	14,440	9,799	8,393
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	12,85	169,030	3,961	5,119	26,530
	2 блюдо	392/2004	Зразы рыбные	100	18,34	175,950	11,714	8,534	11,910
	напиток	389	Сок фруктовый	200	9,00	92,000	1,000	0,250	51,840
	хлеб	901	пшеничный	35	2,84	180,390	5,893	1,667	34,810
	хлеб	902	ржаной	49	2,30	88,690	3,268	0,652	16,820
			Итого за обед		60 Р	855,98	40,28	26,02	150,30
			Итого за день		110 Р	1754,15	61,31	61,85	268,71

|

|