

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

1

День

01.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукт	401	Банан	100	10,00	96,00	1,500	0,500	21,000
	гарнир	520/2004	Пюре картофельное	180	10,61	169,030	3,961	5,119	26,530
	гор.блюдо	394/2004 600/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным	80/30	19,74	194,450	11,072	11,483	12,693
	напиток	693/2004	Какао с молоком	200	8,63	118,112	3,425	19,700	17,894
	Хлеб	902	ржаной	20	0,94	36,200	1,334	0,266	6,866
				Итого за завтрак		50 Р	613,792	21,292	37,068
Обед		140/2004	Помидор свежий порц.	30	4,17	7,200	0,330	0,060	1,140
	1 блюдо	140/2004	Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой	250/10	13,15	175,040	5,236	7,837	20,270
	2 блюдо	541/2004	Рагу из овощей с куриной грудкой	150/50	38,40	271,040	21,818	16,250	14,890
	напиток	699/2004	Напиток лимонный	200	3,83	101,200	0,144	0,016	24,430
	Хлеб	902	ржаной	20	0,94	36,200	1,334	0,266	6,866
				Итого за обед		60 Р	590,68	28,86	24,43
			Итого за день		110 Р	1204,47	50,15	61,50	152,58

|

|