

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

3

День

03.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	360/2004	Сырники с морковью со сгущенным молоком	180/38	46,86	477,62	28,169	21,635	81,123
	напиток	692/2004	кофейный напиток	200	6,07	89,850	1,450	1,600	17,320
	Хлеб	901	пшеничный	35	2,84	112,660	3,225	1,247	22,102
	фрукт	401	Банан	165	16,50	83,10	1,470	5,205	7,560
				Итого за завтрак		72 Р	763,230	34,314	29,687
Обед	1 блюдо	132/2004	Рассольник "Ленинградский"	250	11,44	125,950	2,285	5,385	13,710
	2 блюдо	437/2004	Гуляш из куриных грудок	60/50	30,25	224,550	12,136	18,060	3,706
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,31	249,500	4,590	4,225	48,170
	напиток	699/2004	Напиток апельсиновый	200	4,20	102,210	0,135	0,030	25,170
	Хлеб	902	ржаной	21	0,99	38,010	1,401	0,279	7,209
	Хлеб	901	пшеничный	37	3,00	96,940	2,775	1,073	19,020
				Итого за обед		60 Р	837,16	23,32	29,05
			Итого за день		132 Р	1600,39	57,64	58,74	245,09

|

|