

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

9

День

13.02.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-----------|----------|---------------------------------------|-------------------------|--------------|----------------|----------------|---------------|---------------|
| Завтрак | | 1/2004 | Б-д с маслом сливоч | 15/27 | 13,37 | 185,00 | 2,451 | 12,125 | 16,138 |
| | гор.блюдо | | Вермишель молочная с маслом сливочным | 250/5 | 19,67 | 244,390 | 8,695 | 10,719 | 27,676 |
| | напиток | 692/2004 | Кофейный напиток | 200 | 6,07 | 89,850 | 1,450 | 1,600 | 17,320 |
| | выпечка | 786/2004 | Булочка "Творожная" | 70 | 10,97 | 223,495 | 9,018 | 8,545 | 41,923 |
| | фрукт | 401 | апельсин | 202 | 21,96 | 44,720 | 0,936 | 0,208 | 8,424 |
| | | | | Итого за завтрак | | 72 Р | 787,452 | 22,549 | 33,196 |
| Обед | 1 блюдо | 135/2004 | Суп овощной | 250 | 6,00 | 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 | 45 | 2,12 | 81,450 | 3,002 | 0,599 | 15,450 |
| | | | | Итого за обед | | 60 Р | 858,14 | 29,17 | 35,74 |
| | | | | | | | | | |
| | | | Итого за день | | 132 Р | 1645,59 | 51,72 | 68,94 | 217,70 |

|

|