

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

10

День

14.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498/2004	Котлета куриная	80	26,38	220,74	12,159	15,668	7,798
	гор.блюдо	340/2004	Омлет с морковью	200/7	34,97	266,920	15,570	18,716	14,863
	напиток	685/2004	Чай с сахаром	200/15	1,85	62,570	0,072	0,008	15,210
	Хлеб	901	пшеничный	44	3,75	115,28	3,300	1,276	22,616
			вафли	30	4,55	162,60	1,170	9,180	18,750
			Итого за завтрак		72 Р	828,110	32,271	44,848	79,237
Обед	1 блюдо	138/2004	Суп картофельный с крупой и грудкой куриной	15/250	12,86	187,270	6,698	9,979	16,980
	2 блюдо	388/2004	Котлеты рыбные	100	19,07	175,640	13016,000	7,968	12,860
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	12,33	169,030	3,961	5,119	26,530
	салат	50/2004	из свеклы с сыром	70	10,89	88,320	3,996	5,400	5,712
	напиток	685/2004	Чай с сахаром	200/15	1,53	59,850	0,000	0,000	14,970
	хлеб	902	пшеничный	34	3,32	61,540	2,268	0,452	11,670
			Итого за обед		60 Р	741,65	13032,92	28,92	88,72
			Итого за день		132 Р	1569,76	13065,19	73,77	167,96

|

|