

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

3

День

02.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	360/2004	Сырники с морковью со сгущенным молоком	170/42	45,18	477,62	28,169	21,635	81,123
	напиток	685/2004	Чай с сахаром	200/15	1,37	59,850	0,000	0,000	14,970
	Хлеб	901	пшеничный	38	3,08	99,560	2,850	1,102	19,532
			Итого за завтрак		50 Р	637,030	31,019	22,737	115,625
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	116,99
			Итого за день		110 Р	1474,19	54,34	51,79	232,61

|

|