

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

6

День

07.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	266/1994	Каша пшенная молочная	200/15	16,42	269,05	9,405	10,998	32,575
	напиток	686/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/10	2,87	62,570	0,072	0,008	15,210
			Ломтишка	30	18,00	133,500	1,170	5,490	19,890
	Хлеб	901	пшеничный	32	3,65	43,680	2,784	3,540	0,000
	выпечка	766/2004	Сдоба обыкновенная	100	8,97	335,125	8,663	13,630	60,888
			Итого за завтрак		50 Р	843,920	22,094	33,666	128,563
Обед	1 блюдо	109/2004	Свекольник	250/11	7,16	100,020	4,075	5,915	9,254
	2 блюдо	478/2004	Запеканка картофельная с молочным соусом	45/130/30	47,28	356,850	17,205	20,090	26,530
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,75	116,050	0,460	0,100	28,130
	Хлеб	902	ржаной	30	1,41	54,300	2,001	0,399	10,300
			Итого за обед		60 Р	627,22	23,74	26,50	74,21
			Итого за день		110 Р	1471,14	45,84	60,17	202,78

|

|