

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

11

День

15.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	315/2004	Запеканка рисовая с творогом со сметаной	180/20	33,45	475,62	15,671	16,703	73,952
	напиток	692/2004	Кофейный напиток	200	6,07	89,850	1,450	1,600	17,320
	выпечка	901	пшеничный	40	3,40	104,800	3,000	1,160	20,560
			Сыр порционный	10	7,08	36,40	2,320	2,950	0,000
			Итого за завтрак		50 Р	706,670	22,441	22,413	111,832
Обед	1 блюдо	129/2004	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	13,46	82,530	1,650	5,171	6,402
	2 блюдо	503/2004	Суфле из куриных грудок	75/30	32,85	289,900	16,224	23,160	6,031
	гарнир	516/2004	Макароны отварные	180	7,05	239,230	6,750	4,307	43,070
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,66	116,050	0,460	0,100	28,130
	хлеб	902	ржаной	50	2,49	90,500	3,335	0,665	17,170
			Итого за обед		60 Р	818,21	28,42	33,40	100,80
			Итого за день		110 Р	1524,88	50,86	55,82	212,64

|

|