

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

День

15

День

21.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	360/2004	Сырники с морковью со сгущенным молоком	180/20	46,85	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	35	2,84	180,390	5,893	1,667	34,810
	фрукт	401	мандарин	139	20,85	52,820	1,112	0,278	10,425
				Итого за завтрак		72 Р	770,680	35,174	23,580
Обед	1 блюдо	143/2004	Суп с макаронными изделиями и картофелем кур. грудкой	250/10	9,96	154,140	5,539	6,253	18,310
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	9,65	212,870	3,820	4,115	40,030
	2 блюдо	451/2004	Котлеты мясная	80	32,76	230,290	12,642	15,500	11,430
	напиток	631/2004	Компот из свежих фруктов	200	5,07	116,050	0,460	0,100	28,130
	хлеб	902	ржаной	46	2,16	83,260	3,068	0,612	15,790
				Итого за обед		60 Р	796,61	25,53	26,58
			Итого за день		132 Р	1567,29	60,70	50,16	255,02

|

|