

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

20.04.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	3 блюдо	14/2004	Помидор порционный	50	8,68	12	1	0	2
	гор.блюдо	340/2004	Омлет натуральный	170	34,23	295	19	23	12
	напиток	699/2004	Напиток лимонный	200	3,96	101	0	0	24
	хлеб бел.	901	пшеничный	30	2,43	79	2	1	15
	фрукты	401	апельсин	189	22,68	81	2	0	15
				Итого за завтрак		72 Р	568	23	24
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с мясом и гренками	265	18,65	227	11	10	22
	2 блюдо	271/2004	Солянка из сборных овощей с куриной грудкой№271	200	34,97	243	28	17	8
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,66	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	49	2,30	89	3	1	17
				Итого за обед		60 Р	675	44	28
			Итого за день		132 Р	1243	67	52	144

|

|