

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

15.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,46	169	4	5	27
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	32,60	243	13	16	12
	булочное		слойка с начинкой	85	18,50	353	5	15	48
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,52	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,12	81	3	1	15
	закуска		огурец св. порцион	63	7,80	7	0	0	1
	фрукты	401	апельсин	121	20,00	37	1	0	7
				Итого за завтрак		92 Р	950	26	37
Обед	1 блюдо	135/2004	Суп овощной	250	4,05	97	5	5	10
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,01	250	5	4	48
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	115	40,21	313	16	26	4
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,77	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,16	81	3	1	15
	хлеб бел.	901	пшеничный	55	4,46	144	4	2	28
				Итого за обед		65 Р	1001	33	38
			Итого за день		157 Р	1951	59	75	258

|

|