

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

21.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	390/2004	Котлета рыбная любительская	90	18,40	142	13	6	10
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,43	169	4	5	27
	гор.напиток	645/2004	Кисель из сока	200	6,10	155	0	0	47
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,12	81	3	1	15
	фрукты	401	банан	167	18,70	160	3	1	35
				Итого за завтрак		55 Р	707	23	13
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с мясом и гренками	265	16,00	229	11	10	24
	2 блюдо	271/2004	Солянка из сборных овощей с куриной грудкой№271	250	39,77	268	34	18	10
	гарнир	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,70	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,12	81	3	1	15
	хлеб бел.	901	пшеничный	40	3,24	105	3	1	21
				Итого за обед		65 Р	799	51	30
			Итого за день		120 Р	1506	74	43	232

|

|