

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	груша	180	36,00	76	1	0	17
	сладкое		гематоген	40	14,00	160	2	4	28
	сладкое		конфета шокол.	18	6,00	102	1	7	10
			Итого за завтрак		92 Р	885	24	23	154
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	98
			Итого за день		157 Р	1684	75	53	252

|

|