

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

02.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	7,73	130	1	10	7
	гор.блюдо	520/2004	Пюре картофельное, тефтели рыбные с соусом сметанным	290	27,01	344	15	14	39
		394/2004							
		600/2004							
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	8,58	126	3	20	20
	хлеб черн.	902	ржаной	40	1,88	72	3	1	14
	фрукты	401	Груша	134	26,80	57	0	0	12
	напиток		Сок	200	18,00	92	1	0	52
сладкое		Печенье	13	2,00	54	1	1	10	
<b>Итого за завтрак</b>					<b>92 Р</b>	<b>875</b>	<b>24</b>	<b>46</b>	<b>154</b>
<b>Обед</b>	1 блюдо	140/2004	Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой	265	11,95	191	6	9	20
	2 блюдо	541/2004	Рагу из овощей с куриной грудкой	250	42,82	346	29	19	25
	напиток	699/2004	Напиток лимонный	200	4,52	101	0	0	24
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,12	81	3	1	15
	хлеб бел.	901	пшеничный	40	3,24	105	3	1	21
	<b>Итого за обед</b>					<b>65 Р</b>	<b>719</b>	<b>38</b>	<b>29</b>
<b>Итого за день</b>					<b>157 Р</b>	<b>1594</b>	<b>63</b>	<b>75</b>	<b>239</b>

|

|