

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	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
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,52	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	60	2,82	157	5	2	31
	закуска		огурец св. порцион	70	8,52	8	0	0	1
				<b>Итого за завтрак</b>		<b>55 Р</b>	<b>637</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
<b>Обед</b>	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
				<b>Итого за обед</b>		<b>65 Р</b>	<b>1001</b>	<b>33</b>	<b>38</b>
			<b>Итого за день</b>		<b>120 Р</b>	<b>1638</b>	<b>55</b>	<b>61</b>	<b>219</b>

|

|