

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

17.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	437/2004	Гуляш из говядины	100	40,36	234	15	18	3
	гарнир	508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	155	7,61	227	8	6	7
	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
	сладкое		печенье	19	2,95	58	1	1	10
				Итого за завтрак		55 Р	660	27	26
Обед	1 блюдо	110/2004	Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой	264	11,60	141	8	8	11
	2 блюдо	431/2004 600/2004(3)	Печень по-строгановски	90	32,14	153	14	8	6
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,43	169	4	5	27
	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.	65	8,40	7	0	0	1
				Итого за обед		65 Р	611	29	22
			Итого за день		120 Р	1271	56	48	125

|

|