

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

24.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	закуска	43/2004	Салат из белокочанной капусты	100	4,16	111	0	5	13
	гор.блюдо	394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк)	110	17,57	156	11	7	13
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,43	169	4	5	27
	гор.напиток	692/2004	Кофейный напиток	200	6,12	90	1	2	17
	хлеб бел.	901	пшеничный	40	3,24	105	3	1	21
	фрукты	401	яблоко	153	14,30	63	1	1	13
				<b>Итого за завтрак</b>		<b>55 Р</b>	<b>694</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>Обед</b>	1 блюдо	140/2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,89	144	3	5	20
	2 блюдо	437/2004	Гуляш из говядины	100	40,10	216	15	16	3
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,01	250	5	4	48
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,63	106	1	0	25
	хлеб черн.	902	ржаной	40	1,88	72	3	1	14
	закуска		помидор св. порцион.	65	5,20	14	1	0	2
				<b>Итого за обед</b>		<b>65 Р</b>	<b>802</b>	<b>28</b>	<b>26</b>
			<b>Итого за день</b>		<b>120 Р</b>	<b>1496</b>	<b>48</b>	<b>47</b>	<b>216</b>

|

|