

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

27.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498/2004 534/2004 (3)	Котлета куриная с капустой тушеной	230	33,56	338	43	19	24
	гор.напиток	585/2004	чай с сахаром	215	1,52	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	35	1,65	63	2	0	12
	фрукты	401	банан	157	17,27	90	1	0	20
	сладкое		ломтишка	30	18,00	134	1	5	20
	напиток	893	Сок	200	18,00	92	1	0	52
	сладкое		Печенье	13	2,00	54	1	1	10
			Итого за завтрак		92 Р	831	49	25	153
Обед	1 блюдо	135/2004	Суп из овощей	250	5,09	92	5	4	11
	2 блюдо	439/2004	Печень тушеная в соусе сметанном	100	38,72	190	19	9	10
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	10,46	169	4	5	27
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,52	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	40	1,88	72	3	1	14
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	40	3,24	105	3	1	21
	салат	43/2004	Салат из белокочанной капусты	100	4,16	91	14	5	9
			Итого за обед		65 Р	779	48	25	107
			Итого за день		157 Р	1610	97	50	260

|

|