

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

10.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	7,97	130	1	10	7
	гор.блюдо	520/2004	Пюре картофельное, тефтели рыбные с соусом сметанным	290	27,83	344	15	14	39
		394/2004							
	гор.напиток	600/2004	Какао с молоком	200	8,64	126	3	20	20
	хлеб черн.	902	ржаной	40	1,96	72	3	1	14
	фрукты сладкое	401	Груша	134	25,53	57	0	0	12
			круассан	60	18,00	235	3	12	28
	сладкое		печенье	13	2,00	54	1	1	10
Итого за завтрак					92 Р	1 018	26	58	130
Обед	1 блюдо	140/2004	Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой	262	11,35	180	6	8	20
	2 блюдо	541/2004	Рагу из овощей с куриной грудкой	250	46,34	346	29	19	25
	напиток	699/2004	Напиток лимонный	200	4,52	101	0	0	24
	хлеб черн.	902	ржаной	50	2,55	94	3	1	18
	Итого за обед					65 Р	721	38	28
Итого за день					157 Р	1739	64	86	217

|

|