

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

14.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	360/2004	Сырники с морковью со сгущенным молоком	200	46,82	478	28	22	81
	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	172	15,82	81	1	1	17
	сладкое		вафли	50	20,00	271	2	15	31
				Итого за завтрак		92 Р	1025	36	40
Обед	1 блюдо	132/2004	Рассольник "Ленинградский"	250	8,05	126	2	5	14
	2 блюдо	437/2004	Гуляш из куриных грудок	110	32,63	256	15	20	4
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,02	250	5	4	48
	3 блюдо	15	огурец свежий порцион.	30	3,60	3	0	0	1
	напиток	699/2004	Напиток апельсиновый	200	5,43	102	0	0	25
	хлеб черн.	902	ржаной	47	2,21	85	3	1	16
	хлеб бел.	901	пшеничный	32	2,82	84	2	1	16
				Итого за обед		65 Р	906	27	31
			Итого за день		157 Р	1931	63	71	291

|

|