

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

21.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк)	110	17,57	168	11	9	11
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,43	169	4	5	27
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	8,58	126	3	5	20
	хлеб бел.	901	пшеничный	42	3,48	76	3	1	14
	фрукты	401	яблоко	172	15,82	71	1	1	15
				Итого за завтрак		55 Р	610	22	22
Обед	1 блюдо	111/2004	Борщ сибирский	250	4,48	87	5	4	10
	2 блюдо	437/2004	Гуляш из говядины	100	39,37	230	15	18	2
	гарнир	508/2004	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,83	274	10	8	9
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,52	60	0	0	15
	закуска	19/2004	салат из свежих помидор	80	6,90	17	1	0	3
	хлеб черн.	902	ржаной	55	2,59	100	4	1	19
				Итого за обед		65 Р	768	35	31
			Итого за день		120 Р	1378	57	53	144

|

|