

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

23.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,81	169	4	5	27
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	33,57	243	13	16	12
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,21	81	3	1	15
	фрукты	401	груша	134	24,79	81	3	1	15
	напиток	893	Сок	200	18,00	92	1	0	52
	сладкое		Печенье	13	2,00	54	1	1	10
			Итого за завтрак		92 Р	780	25	24	146
Обед	1 блюдо	135/2004	Суп овощной	250	4,16	97	5	5	10
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,19	250	5	4	48
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	115	44,25	313	16	26	4
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,72	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	48	2,35	87	3	1	16
			Итого за обед		65 Р	863	29	36	106
			Итого за день		157 Р	1643	54	60	252

|

|