

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

28.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	437/2004	Гуляш из говядины	100	41,57	234	15	18	3
	гарнир	508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	155	7,66	227	8	7	7
	булочное	736/2004	Пирожок печеный с повидлом	100	12,31	316	6	10	62
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	40	1,96	72	3	1	14
	сладкое		вафли вес.	32	7,04	173	1	10	20
	сладкое		круассан	60	18,00	235	3	12	28
	сладкое		печенье	13	2,00	54	1	1	10
			<b>Итого за завтрак</b>		<b>92 Р</b>	<b>1371</b>	<b>37</b>	<b>59</b>	<b>159</b>
Обед	1 блюдо	110/2004	Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой	260	9,70	130	7	8	11
	2 блюдо	431/2004 600/2004(3)	Печень по-строгановски	90	31,76	153	14	8	6
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,81	169	4	5	27
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	50	2,45	91	3	1	17
	закуска	14	помидор св. порцион.	70	9,36	17	1	0	3
				<b>Итого за обед</b>		<b>65 Р</b>	<b>620</b>	<b>29</b>	<b>22</b>
			<b>Итого за день</b>		<b>157 Р</b>	<b>1991</b>	<b>66</b>	<b>81</b>	<b>238</b>

|

|