

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

29.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	390/2004	Котлета рыбная любительская	90	19,49	142	13	6	10
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,81	169	4	5	27
	гор.напиток	645/2004	Кисель из сока	200	6,03	155	0	0	47
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,21	81	3	1	15
	фрукты	401	апельсин	205	34,85	59	1	0	11
	3 блюдо	2/2004	б-д с сыром	60	16,22	178	8	7	21
	сладкое		конфета	11	3,78	65	1	5	4
				Итого за завтрак		92 Р	849	30	24
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с мясом и гренками	262	14,73	229	11	9	25
	2 блюдо	271/2004	Солянка из сборных овощей с куриной грудкой№271	250	43,24	268	34	18	10
	гарнир	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,65	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	60	2,94	109	4	1	21
				Итого за обед		65 Р	722	49	28
			Итого за день		157 Р	1571	79	52	219

|

|