

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

04.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	7,98	129	1	10	7
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	33,57	243	13	16	12
	гарнир	332/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,86	239	7	4	43
	напиток	705/2004	Напиток из шиповника	200	5,84	137	1	0	30
	сладкое		печенье фас.	50	12,00	209	4	5	37
	хлеб черн.	902	ржаной	50	2,45	91	3	1	17
	хлеб бел.	901	пшеничный	40	3,28	105	3	1	21
	фрукты	401	апельсин	176	30,00	67	1	0	13
				Итого за завтрак		102 ₺	1220	33	37
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с гренками и мясом	260	15,25	200	10	7	24
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	100	35,86	286	13	24	4
	гарнир	508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,22	274	10	7	9
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	60	2,94	109	4	1	21
				Итого за обед		65 ₺	929	37	39
			Итого за день		167 ₺	2149	70	76	253

|

|