

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

12.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	14	Помидор порционный	60	7,93	14	1	0	2
	гор.блюдо	340/2004	Омлет натуральный	170	38,68	295	19	23	12
	напиток	699/2004	Напиток лимонный	200	4,45	101	0	0	24
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	30	2,46	79	2	1	15
	фрукты	401	мандарин	109	18,53	31	1	0	71
	3 блюдо	3	Б-д с сыром	60	16,26	185	8	8	21
	фрукты	401	яблоко	153	13,74	66	1	1	14
				Итого за завтрак		102 Р	771	32	33
Обед	1 блюдо	124/2004	Щи из св.капусты с картоф. и кур.грудкой	265	12,85	134	14	8	8
	гарнир	516/2004	Макаронные изд. отварные	180	6,86	239	7	4	43
	2 блюдо	498/2004	Котлета рубленая куриная	100	37,95	305	16	21	14
	напиток	638/2004	Компот из изюма	200	3,25	88	0	0	22
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	52	2,55	94	3	1	18
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	17	1,39	45	1	0	9
				Итого за обед		65 Р	905	41	34
			Итого за день		167 Р	1676	73	67	273

|

|