

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

15.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340/2004	Омлет натуральный	170	39,94	302	19	24	12
	напиток	389	сок	200	9,00	60	0	0	15
	хлеб бел.	901	пшеничный	73	5,99	132	5	1	25
			Итого завтрак		55 Р	494	24	25	52
Обед	1 блюдо	110/2004	Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой	270	15,51	161	10	10	11
	2 блюдо	386/2004 597/2004	Рыба запеченая под молоч. соусом	110	30,87	153	17	7	6
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,81	169	4	5	27
	напиток	639/2004(2)	Компот из сухофруктов	200	3,58	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	30	1,47	54	2	0	10
	хлеб бел.	901	пшеничный	40	3,28	72	3	1	14
			Итого за обед		65 Р	725	36	23	96
			Итого за день		119 Р	1219	60	48	148

|

|