

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

19.12.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|---------------------------|---|-------------------------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 498/2004 | котлета куриная | 90 | 34,28 | 262 | 14 | 17 | 12 |
| | гарнир | 332/2004 | Макароны отварные | 180 | 7,54 | 246 | 7 | 5 | 43 |
| | гор.напиток | 693/2004 | Какао с молоком | 200 | 8,64 | 126 | 3 | 5 | 20 |
| | хлеб бел. | 901 | пшеничный | 55 | 4,51 | 144 | 4 | 2 | 28 |
| | | | | Итого за завтрак | | 55 Р | 778 | 28 | 29 |
| Обед | 1 блюдо | 124/2004 | Щи из св.капусты с картофелем куриной грудкой | 268 | 14,47 | 142 | 14 | 9 | 8 |
| | 2 блюдо | 431/2004(60 0/2004(3)) | Печень по -строгановски | 100 | 35,54 | 192 | 14 | 12 | 7 |
| | гарнир | 516/2004 | Греча отварная | 180 | 8,53 | 267 | 10 | 6 | 9 |
| | напиток | 539/2004(2) | Компот из сухофруктов | 200 | 3,58 | 116 | 0 | 0 | 28 |
| | хлеб черн. | 902 | ржаной | 52 | 2,55 | 94 | 3 | 1 | 18 |
| | | | | Итого за обед | | 65 Р | 811 | 41 | 28 |
| | | | Итого за день | | 120 Р | 1589 | 69 | 57 | 173 |