

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

25.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	43/2004	салат из белокочанной капусты	100	4,17	91	14	5	9
	гор.блюдо	394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк)	110	18,00	168	11	9	11
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	9,81	169	4	5	27
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	8,64	126	3	5	20
	хлеб бел.	901	пшеничный	30	2,46	79	2	1	15
	фрукты	401	груша	156	28,86	66	1	0	14
	фрукты	401	апельсин	176	30,00	67	1	0	13
				Итого за завтрак		102 ₺	766	36	26
Обед	1 блюдо	111/2004	Борщ сибирский	260	10,54	118	7	7	10
	2 блюдо	437/2004	Гуляш из говядины	100	40,56	229	15	18	2
	гарнир	508/2004	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,21	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 ₺	790	36	33
			Итого за день		167 ₺	1556	72	59	165

|

|