

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

09.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	8,21	130	1	10	7
	гор.блюдо	520/2004	Пюре картофельное, тефтели рыбные с соусом сметанным	290	28,25	321	14	14	35
		394/2004							
		600/2004							
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	9,04	126	3	20	20
	хлеб черн.	902	ржаной	52	2,55	94	3	1	18
	сладкое		пряник	42	6,80	154	2	2	32
Итого за завтрак					55 Р	825	23	47	112
Обед	1 блюдо	140/2004	Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой	260	10,08	180	6	8	20
	2 блюдо	541/2004	Рагу из овощей с куриной грудкой	250	46,44	346	29	19	25
	напиток	699/2004	Напиток лимонный	200	4,29	101	0	0	24
	хлеб черн.	902	ржаной	50	2,45	94	3	1	18
	хлеб бел.	901	пшеничный	17	1,43	45	1	0	9
	Итого за обед					65 Р	766	39	28
Итого за день					120 Р	1591	62	75	208