

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	29,39	344	15	14	39
		394/2004							
		600/2004							
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	9,04	126	3	20	20
	хлеб черн.	902	ржаной	40	1,96	72	3	1	14
	фрукты	401	Груша	137	27,40	57	0	0	12
Итого за завтрак					76 Р	729	22	45	92
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	30	1,47	79	2	1	15
	Итого за обед					65 Р	800	40	29
Итого за день					141 Р	1529	62	74	194