

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

18.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк)	110	18,98	168	11	9	11
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	10,39	169	4	5	27
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	9,04	126	3	5	20
	хлеб бел.	901	пшеничный	45	3,78	118	3	1	23
	фрукты	401	яблоко	125	12,88	52	0	0	11
				<b>Итого за завтрак</b>		<b>55 Р</b>	<b>633</b>	<b>21</b>	<b>21</b>
Обед	1 блюдо	111/2004	Борщ сибирский	260	10,67	118	7	7	10
	2 блюдо	437/2004	Гуляш из говядины	100	41,40	229	15	18	2
	гарнир	508/2004	Каша рассыпчатая гречневая	180	8,65	274	10	7	9
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	50	2,45	91	3	1	17
				<b>Итого за обед</b>		<b>65 Р</b>	<b>772</b>	<b>35</b>	<b>33</b>
			<b>Итого за день</b>		<b>120 Р</b>	<b>1405</b>	<b>56</b>	<b>54</b>	<b>144</b>