

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	10,39	169	4	5	27
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	34,35	243	13	16	12
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,21	81	3	1	15
	фрукты	401	банан	172	27,52	99	2	1	22
				Итого за завтрак		76 Р	652	22	23
Обед	1 блюдо	135/2004	Суп овощной	250	4,56	97	5	5	10
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,32	250	5	4	48
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	110	41,62	300	15	25	4
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,72	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	ржаной	40	1,96	72	3	1	14
	хлеб бел.	901	пшеничный	30	2,52	79	2	1	15
				Итого за обед		65 Р	914	30	36
			Итого за день		141 Р	1566	52	59	210