

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

30.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	3 блюдо	1/2004	Б/д с маслом сливочным	60	14,43	217	3	12	23
	гор.блюдо	534/2004	Капуста тушеная с куриной грудкой	230	37,83	297	49	18	17
	напиток	389	Сок	200	9,00	92	1	0	52
	фрукты	401	яблоко	131	14,73	59	1	1	12
				<b>Итого за завтрак</b>		<b>76 Р</b>	<b>665</b>	<b>54</b>	<b>31</b>
<b>Обед</b>	1 блюдо	124/2004	Щи из св.капусты с картофелем и куриной грудкой	280	21,80	183	17	12	8
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	10,39	169	4	5	27
	2 блюдо	392/2004	Зразы рыбные	100	19,57	176	12	9	12
	закуска	20/2004	Салат из моркови	100	4,77	90	0	1	0
	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
	хлеб бел.	901	пшеничный	52	4,37	136	4	2	27
				<b>Итого за обед</b>		<b>65 Р</b>	<b>895</b>	<b>40</b>	<b>30</b>
			<b>Итого за день</b>		<b>141 Р</b>	<b>1560</b>	<b>94</b>	<b>61</b>	<b>208</b>

I

I