

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

31.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	70	5,73	90	1	7	5
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	34,35	243	13	16	12
	гарнир	332/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,98	239	7	4	43
	напиток	705/2004	Напиток из шиповника	200	5,68	137	1	0	30
	хлеб черн.	902	ржаной	45	2,21	81	3	1	15
				Итого за завтрак		55 Р	790	25	28
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с гренками и мясом	260	15,78	200	10	7	24
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	90	35,17	277	13	23	3
	гарнир	508/2004	Каша гречнева рассыпчатая	180	9,37	274	10	7	9
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	58	2,84	109	4	1	20
				Итого за обед		65 Р	920	37	38
			Итого за день		120 Р	1710	62	66	176