

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

11.03.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|----------|------------------------------------|-------------------------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 302/2004 | Каша рисовая молочная | 255 | 23,46 | 289 | 9 | 11 | 38 |
| | гор.напиток | 693/2004 | Какао с молоком | 200 | 9,04 | 126 | 3 | 5 | 20 |
| | хлеб бел. | 901 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,36 | 105 | 3 | 1 | 21 |
| | булочное | 741/2004 | Ватрушка с творогом | 100 | 21,62 | 326 | 14 | 15 | 56 |
| | фрукты | 401 | мандарин | 112 | 18,48 | 32 | 1 | 0 | 73 |
| | | | | Итого за завтрак | | 76 Р | 878 | 30 | 32 |
| Обед | 1 блюдо | 133/2004 | Суп картофельный с куриной грудкой | 260 | 10,41 | 149 | 5 | 6 | 19 |
| | гарнир | 520/2004 | Картофельное пюре | 180 | 10,39 | 169 | 4 | 5 | 27 |
| | 2 блюдо | 498/2004 | Котлеты рубленые из куриных грудок | 100 | 36,85 | 272 | 16 | 17 | 14 |
| | 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 |
| | закуска | 29/1994 | салат из свеклы с чесноком | 80 | 3,43 | 59 | 1 | 3 | 7 |
| | | | | Итого за обед | | 65 Р | 790 | 29 | 32 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | Итого за день | | 141 Р | 1668 | 59 | 64 | 305 |