

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

13.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498/2004 534/2004 (3)	Котлета куриная с капустой тушеной	230	37,04	338	43	19	24
	гор.напиток	585/2004	чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	35	1,72	63	2	0	12
	фрукты	401	яблоко	172	17,72	71	1	1	15
	сладкое		ломтишка	30	18,00	134	1	5	20
				Итого за завтрак		76 ₹	666	47	25
Обед	1 блюдо	135/2004	Суп из овощей	250	5,18	92	5	4	11
	2 блюдо	439/2004	Печень тушеная в соусе сметанном	100	40,35	190	19	9	10
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	10,39	169	4	5	27
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,48	60	0	0	15
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	62	3,04	112	4	1	21
	закуска	43/2004	Салат из белокочанной капусты	100	4,38	91	14	5	9
				Итого за обед		65 ₹	714	46	24
			Итого за день		141 ₹	1380	93	49	179