

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

23.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	8,83	130	1	10	7
	гарнир	520/2004	Пюре картофельное	180	11,36	169	4	5	27
	гор.блюдо	394/2004 600/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным	110	18,75	175	11	9	13
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	9,24	126	3	20	20
	хлеб черн.	902	ржаной	40	2,04	72	3	1	14
	фрукты	401	Груша	146	25,84	62	1	0	13
				Итого за завтрак		76 Р	734	23	45
Обед	1 блюдо	140/2004	Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой	260	10,61	175	5	8	20
	2 блюдо	541/2004	Рагу из овощей с куриной грудкой	250	48,43	338	29	19	24
	гор.напиток	686/2004	Чай с сахаром и лимоном	200	2,76	63	0	0	15
	хлеб черн.	902	ржаной	57	2,91	103	4	1	20
				Итого за обед		65 Р	679	38	28
			Итого за день		141 Р	1413	61	73	173