

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

20.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	8,84	129	1	10	7
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	34,79	243	13	16	12
	гарнир	332/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,98	239	7	4	43
	напиток	705/2004	Напиток из шиповника	200	6,04	137	1	0	30
	сладкое		гематоген	40	14,00	142	2	1	30
	хлеб черн.	902	ржаной	40	2,04	72	3	1	14
	хлеб бел.	901	пшеничный	37	3,29	97	3	1	19
				Итого за завтрак		76 Р	1059	30	33
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с гренками и мясом	260	16,43	200	10	7	24
	2 блюдо	423/2004	Бефстроганов из куриной грудки	90	34,89	277	13	23	3
	гарнир	508/2004	Каша гречневая 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	50	2,55	91	3	1	17
				Итого за обед		65 Р	902	36	38
			Итого за день		141 Р	1961	66	71	223