

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 | 70 | 6,15 | 90 | 1 | 7 | 5 |
| | гор.блюдо | 451/2004 | Котлета мясная | 80 | 34,79 | 243 | 13 | 16 | 12 |
| | гарнир | 332/2004 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,71 | 199 | 6 | 3 | 36 |
| | напиток | 705/2004 | Напиток из шиповника | 200 | 6,04 | 137 | 1 | 0 | 30 |
| | хлеб черн. | 902 | ржаной | 47 | 2,40 | 85 | 3 | 1 | 16 |
| | | | | Итого за завтрак | | 55 Р | 754 | 24 | 27 |
| 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 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 | 50 | 2,55 | 91 | 3 | 1 | 17 |
| | | | | Итого за обед | | 65 Р | 902 | 36 | 38 |
| | | | Итого за день | | 120 Р | 1656 | 60 | 65 | 167 |