

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

21.05.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|-------------------------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 394/2004 | Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк) | 110 | 18,74 | 171 | 11 | 9 | 12 |
| | гарнир | 520/2004 | Картофельное пюре | 180 | 11,36 | 169 | 4 | 5 | 27 |
| | гор.напиток | 692/2004 | Кофейный напиток | 200 | 6,42 | 90 | 1 | 2 | 17 |
| | хлеб бел. | 901 | пшеничный | 35 | 3,12 | 92 | 3 | 1 | 18 |
| | фрукты | 401 | яблоко | 140 | 15,40 | 58 | 0 | 0 | 12 |
| | | | | Итого за завтрак | | 55 Р | 580 | 19 | 17 |
| Обед | 1 блюдо | 109/2004 | Свекольник | 250 | 8,28 | 76 | 4 | 4 | 9 |
| | 2 блюдо | 478/2004 | Запеканка картофельная с молочным соусом | 230 | 50,06 | 397 | 19 | 22 | 30 |
| | напиток | 639/2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,72 | 116 | 0 | 0 | 28 |
| | хлеб черн. | 902 | ржаной | 52 | 2,65 | 94 | 3 | 1 | 18 |
| | | | | Итого за обед | | 65 Р | 683 | 26 | 27 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | Итого за день | | 120 Р | 1263 | 45 | 44 | 171 |