

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

03.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	304/2004	Омлет натуральный	175	48,12	319	18	26	12
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	1,35	60	0	0	13
	сладкое		Ломтишка	30	18,00	134	1	5	20
	фрукты	401	Груша	131	22,93	56	0	0	12
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	29	2,60	52	2	0	10
				Итого за завтрак		93 Р	621	21	31
Обед	1 блюдо	129/2004	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	15,66	71	2	4	6
	2 блюдо	503/2004 511/2004	Суфле из куриных грудок с соусом молочным	100	39,73	254	14	20	6
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,62	250	5	4	48
	напиток	645/2004	Кисель из сока	200	6,23	155	0	0	47
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	48	2,54	89	3	1	16
				Итого за обед		75 Р	819	24	29
			Итого за день		168 Р	1440	45	60	190