

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

18.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	7,35	124	1	10	6
	гор.блюдо	451/2004	Котлета мясная	80	34,94	243	13	16	12
	гарнир	332/2004	Макароны отварные	180	7,52	239	7	4	43
	гор.напиток	705/2004	Напиток из шиповника	200	6,26	137	1	0	30
	сладкое		Печенье весовое	40	6,40	167	3	4	30
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	45	2,39	81	3	1	15
			Итого за завтрак		65 Р	991	28	35	136
Обед	1 блюдо	129/2004	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	12,45	71	2	4	6
	2 блюдо	438/2004	Азу	250	54,46	315	17	19	18
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	1,35	52	0	0	13
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	40	3,58	105	3	1	21
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	55	2,92	100	4	1	19
			Итого за обед		75 Р	643	26	25	77
			Итого за день		140 Р	1634	54	60	213