

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

20.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	гор.блюдо	394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным	110	18,75	241	7	10	31							
	гор.блюдо	600/2004														
	гарнир	520/2004								Картофельное пюре	150	10,47	126	3	5	20
	гор.напиток	693/2004								Какао с молоком	200	9,45	126	3	5	20
	хлеб черн.	902								Хлеб ржаной	35	1,86	103	4	1	20
	хлеб бел.	901								Хлеб пшеничный	28	2,51	118	3	1	23
	сладкое									Гематоген	40	15,00	142	2	1	30
	фрукты	401								груша	200	35,00	118	3	1	23
			Итого за завтрак		93 ₺	974	25	24	167							
Обед	1 блюдо	143/2004	Суп с макаронными изделиями, картофелем и куриной грудкой	260	11,55	141	5	5	18							
	2 блюдо	541/2004	Рагу овощное с куриной грудкой	250	52,95	353	26	20	24							
	гор.напиток	686/2004	Чай с лимоном	200	2,77	55	0	0	13							
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	50	2,65	91	3	1	17							
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	55	4,92	144	4	2	28							
				Итого за обед		75 ₺	784	38	28	100						
			Итого за день		168 ₺	1758	63	52	267							