

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

23.09.2024

| Прием пищи     | Раздел      | № рец.   | Блюдо                                    | Выход, г                | Цена         | Калорийность | Белки      | Жиры      | Углеводы   |
|----------------|-------------|----------|--|-------------------------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| <b>Завтрак</b> | закуска     |          | Б-д с сыром                              | 60                      | 13,79        | 173          | 7          | 6         | 23         |
|                | гор.блюдо   | 302/2004 | Каша молочная "Дружба"                   | 200                     | 19,60        | 235          | 8          | 10        | 28         |
|                | гор.напиток | 693/2004 | Какао с молоком                          | 200                     | 9,45         | 126          | 3          | 5         | 20         |
|                | сладкое     |          | ломтишка                                 | 30                      | 18,00        | 134          | 1          | 5         | 20         |
|                | фрукты      | 401      | апельсин                                 | 200                     | 32,00        | 58           | 1          | 0         | 11         |
|                |             |          |  | <b>Итого за завтрак</b> |              | <b>93 Р</b>  | <b>726</b> | <b>20</b> | <b>26</b>  |
| <b>Обед</b>    | 1 блюдо     | 142/2004 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 275                     | 12,02        | 151          | 6          | 6         | 18         |
|                | 2 блюдо     | 485/2004 | Голубцы ленивые с соусом                 | 250                     | 54,84        | 314          | 39         | 19        | 17         |
|                | гор.напиток | 685/2004 | Чай с сахаром                            | 200                     | 1,35         | 52           | 0          | 0         | 13         |
|                | хлеб черн.  | 902      | Хлеб ржаной                              | 50                      | 2,65         | 91           | 3          | 1         | 17         |
|                | хлеб бел.   | 901      | Хлеб пшеничный                           | 45                      | 4,03         | 118          | 3          | 1         | 23         |
|                |             |          |  | <b>Итого за обед</b>    |              | <b>75 Р</b>  | <b>726</b> | <b>51</b> | <b>27</b>  |
|                |             |          |  |                         |              |              |            |           |            |
|                |             |          | <b>Итого за день</b>                     |                         | <b>168 Р</b> | <b>1452</b>  | <b>71</b>  | <b>53</b> | <b>190</b> |