

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

18.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	3 блюдо		Яйцо отварное	40	10,60	63	5	5	3
	гарнир	315/2004	Запеканка рисовая с творогом и со сгущенным молоком	215	30,25	432	13	10	80
	гор.напиток	692/2004	Кофейный напиток	200	6,54	90	1	2	17
	фрукты	401	Мандарины	200	42,00	56	1	0	11
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	40	3,58	105	3	1	21
				Итого за завтрак		93 Р	746	23	18
Обед	1 блюдо	133/2004	Суп картофельный с грудкой куриной	260	12,97	145	5	5	19
	2 блюдо	388/2004	Котлета рыбная	120	24,99	187	16	8	13
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	180	11,80	169	4	5	27
	закуска	50/2004	Салат из свеклы с сыром	100	15,38	209	5	18	6
	напиток	639/2004	Компот из сухофруктов	200	3,67	116	0	0	28
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	50	2,65	91	3	1	17
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	35	3,13	79	2	1	15
				Итого за обед		75 Р	996	35	38
			Итого за день		168 Р	1742	58	56	257