

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
<b>Завтрак</b>	гор.блюдо	508/2004 437/2004	Каша гречневая рассыпчатая с гуляшом из говядины	250	55,29	442	22	23
	гор.напиток	693/2004	Какао с молоком	200	10,85	126	3	5
	фрукты	401	Банан	153	25,25	101	2	1
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	30	1,61	54	2	0
			<b>Итого за завтрак</b>		<b>93 Р</b>	<b>723</b>	<b>29</b>	<b>29</b>
<b>Обед</b>	1 блюдо	110/2004	Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой	260	10,18	130	7	8
	2 блюдо	516/2004 468/2004	Макароны отварные с оладьями из печени	280	59,82	526	26	21
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	1,35	60	0	0
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	65	3,49	118	4	1
			<b>Итого за обед</b>		<b>75 Р</b>	<b>834</b>	<b>37</b>	<b>30</b>
			<b>Итого за день</b>		<b>168 Р</b>	<b>1557</b>	<b>66</b>	<b>59</b>

15.11.2024

Углеводы

10

20

22

10

**62**

11

57

13

19

**100**

**162**