

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

18.11.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|----------------------|---|-------------------------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| Завтрак | яйцо | | Яйцо отварное | 40 | 10,60 | 63 | 5 | 5 | 3 |
| | гор.блюдо | 315/2004 | Запеканка рисовая с творогом и со сгущенным молоком | 200 | 27,35 | 383 | 12 | 9 | 71 |
| | гор.напиток | 692/2004 | Кофейный напиток | 200 | 7,24 | 90 | 1 | 2 | 17 |
| | закуска | | Б/д с сыром | 65 | 19,73 | 191 | 8 | 7 | 23 |
| | | | | Итого за завтрак | | 65 Р | 727 | 26 | 23 |
| Обед | 1 блюдо | 133/2004 | Суп картофельный с грудкой куриной | 260 | 15,31 | 145 | 5 | 5 | 19 |
| | 2 блюдо | 520/2004 388/2004 | Картофельное пюре с котлетой рыбной | 280 | 37,81 | 356 | 20 | 13 | 40 |
| | закуска | 50/2004 | Салат из свеклы с сыром | 80 | 13,98 | 205 | 5 | 18 | 6 |
| | напиток | 639/2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,67 | 116 | 0 | 0 | 28 |
| | хлеб черн. | 902 | Хлеб ржаной | 45 | 2,42 | 81 | 3 | 1 | 10 |
| | хлеб бел. | 901 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,81 | 52 | 2 | 1 | 10 |
| | | | | Итого за обед | | 75 Р | 955 | 35 | 38 |
| | | | Итого за день | | 140 Р | 1682 | 61 | 61 | 227 |