

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

04.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	304/2004	Омлет натуральный	170	46,26	319	18	26	12
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	1,35	60	0	0	13
	закуска		помидор	60	10,98	14	1	0	2
	фрукты	401	Груша	172	31,82	85	1	1	18
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	29	2,63	52	2	0	10
				Итого за завтрак		93 Р	530	22	27
Обед	1 блюдо	129/2004	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	13,08	71	2	4	6
	2 блюдо	503/2004 511/2004	Рис отварной и суфле из куриных грудок с соусом молочным	280	52,62	504	19	24	53
	напиток	645/2004	Кисель из сока	200	5,60	155	0	0	47
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	65	3,49	118	4	1	20
				Итого за обед		75 Р	848	25	29
			Итого за день		168 Р	1378	47	56	181