

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

19.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/2004	Винегрет овощной	100	8,00	124	1	10	6
	гор.блюдо	332/2004	Макароны отварные с котлетой мясной	260	44,07	482	20	20	55
		451/2004		200	6,26	137	1	0	30
	гор.напиток	705/2004	Напиток из шиповника	200	6,26	137	1	0	30
	3 блюдо		Йогурт	125	29,00	71	5	2	7
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	41	3,72	107	3	1	21
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	36	1,93	65	2	0	12
			Итого за завтрак		93 Р	986	32	33	131
Обед	1 блюдо	139/2004	Суп гороховый с куриной грудкой и гренками	263	13,29	233	10	10	25
	2 блюдо	438/2004	Азу	250	57,09	315	17	19	18
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	1,35	52	0	0	13
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	58	3,11	105	4	1	20
				Итого за обед		75 Р	705	31	30
			Итого за день		168 Р	1691	63	63	207