

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

20.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|-------------------------|----------------------|--|----------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 520/2004 451/2004 | Картофельное пюре с котлетой мясной | 260 | 61,90 | 444 | 21 | 25 | 39 |
| | гор.напиток | 685/2004 | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 902 | Хлеб ржаной | 30 | 1,74 | 54 | 2 | 0 | 10 |
| | Итого за завтрак | | | | | 65 Р | 550 | 23 | 25 |
| Обед | 1 блюдо | 135/2004 | Суп овощной с куриной грудкой | 260 | 14,55 | 133 | 8 | 9 | 11 |
| | 2 блюдо | 511/2004 | Рис отварной с рыбой, запеченной в сметанном соусе | 280 | 51,49 | 399 | 19 | 13 | 52 |
| | | 383/2004 | | | | | | | |
| | напиток | 639/2004 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,86 | 116 | 0 | 0 | 28 |
| | хлеб бел. | 901 | Хлеб пшеничный | 28 | 2,74 | 73 | 2 | 1 | 14 |
| | хлеб черн. | 902 | Хлеб ржаной | 40 | 2,32 | 72 | 2 | 1 | 14 |
| Итого за обед | | | | | 75 Р | 793 | 31 | 24 | 119 |
| Итого за день | | | | | 140 Р | 1343 | 54 | 49 | 181 |