

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|----------|----------------------------|----------|--------------|--------------|-----------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 726/2004 | Блины со сгущенным молоком | 220 | 27,00 | 648 | 16 | 24 | 100 |
| | напиток | 389 | Сок | 200 | 10,20 | 92 | 1 | 0 | 52 |
| | фрукты | 401 | яблоко | 217 | 27,78 | 82 | 1 | 1 | 17 |
| | | | Итого за завтрак | | 65 Р | 822 | 18 | 25 | 169 |
| Обед | 1 блюдо | 134/2004 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 5,79 | 162 | 5 | 5 | 9 |
| | 2 блюдо | 436/2004 | Жаркое по-домашнему | 250 | 64,61 | 428 | 25 | 25 | 27 |
| | гор.напиток | 685/2004 | Чай с сахаром | 200 | 1,36 | 52 | 0 | 0 | 13 |
| | хлеб черн. | 902 | Хлеб ржаной | 55 | 3,19 | 100 | 4 | 1 | 19 |
| | | | Итого за обед | | 75 Р | 742 | 34 | 31 | 68 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | Итого за день | | 140 Р | 1564 | 52 | 56 | 237 |