

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

30.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	304/2004	Омлет натуральный	200	60,58	373	21	29	15
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	215	1,36	52	0	0	13
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	30	2,94	113	3	1	22
	Итого за завтрак				65 Р	538	24	30	50
Обед	1 блюдо	129/2004	Щи из квашеной капусты с картофелем	250	13,97	71	2	4	6
	2 блюдо	492/2004	Плов из куриной грудки	250	44,04	404	19	24	53
	напиток	648/2004	Кисель из концентрата	200	4,20	123	0	0	20
	закуска	29/2004	Салат из свеклы с чесноком	100	5,74	148	1	1	37
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	45	2,61	81	3	1	15
	хлеб бел.	901	Хлеб пшеничный	45	4,41	118	3	1	23
	Итого за обед				75 Р	945	28	31	154
Итого за день				140 Р	1483	52	61	204	