

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

05.03.2025

| Прием пищи           | Раздел                  | № рец.               | Блюдо                                | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки      | Жиры      | Углеводы   |
|----------------------|-------------------------|----------------------|--------------------------------------|----------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| <b>Завтрак</b>       | гор.блюдо               | 498/2004<br>332/2004 | Макароны отварные с котлетой куриной | 270      | 47,57        | 508          | 21         | 22        | 55         |
|                      | гор.напиток             | 693/2004             |                                      |          |              |              |            |           |            |
|                      | хлеб бел.               | 901                  | Хлеб пшеничный                       | 30       | 2,94         | 79           | 2          | 1         | 15         |
|                      | фрукты                  | 401                  | Банан                                | 166      | 30,71        | 93           | 1          | 0         | 17         |
|                      | <b>Итого за завтрак</b> |                      |                                      |          |              | <b>93 Р</b>  | <b>806</b> | <b>27</b> | <b>28</b>  |
| <b>Обед</b>          | 1 блюдо                 | 124/2004             | Щи из свежей капусты с картофелем    | 250      | 8,14         | 78           | 10         | 4         | 8          |
|                      | 2 блюдо                 | 437/2004             | Греча отварная с гуляшом из говядины | 250      | 59,76        | 493          | 25         | 22        | 12         |
|                      |                         | 516/2004             |                                      |          |              |              |            |           |            |
|                      | гор.напиток             | 639/2004             | Компот из сухофруктов                | 200      | 3,78         | 116          | 0          | 0         | 28         |
|                      | хлеб черн.              | 902                  | Хлеб ржаной                          | 57       | 3,31         | 103          | 4          | 1         | 20         |
| <b>Итого за обед</b> |                         |                      |                                      |          | <b>75 Р</b>  | <b>790</b>   | <b>39</b>  | <b>27</b> | <b>68</b>  |
|                      |                         |                      |                                      |          |              |              |            |           |            |
| <b>Итого за день</b> |                         |                      |                                      |          | <b>168 Р</b> | <b>1596</b>  | <b>66</b>  | <b>55</b> | <b>175</b> |