

Школа

МБОУ "Краснооктябрьская СОШ"

Отд./корп

-

День

17.03.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-------------|----------------------|--|----------|--------------|--------------|-----------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 508/2004 437/2004 | Каша гречневая рассыпчатая с гуляшом из говядины | 250 | 65,22 | 442 | 22 | 23 | 10 |
| | гор.напиток | 693/2004 | Какао с молоком | 200 | 11,72 | 126 | 3 | 5 | 20 |
| | фрукты | 401 | Яблоко | 110 | 14,30 | 90 | 1 | 1 | 17 |
| | хлеб черн. | 902 | Хлеб ржаной | 30 | 1,74 | 54 | 2 | 0 | 10 |
| | | | Итого за завтрак | | 93 Р | 712 | 28 | 29 | 57 |
| Обед | 1 блюдо | 110/2004 | Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой | 260 | 13,74 | 130 | 7 | 8 | 11 |
| | 2 блюдо | 516/2004 468/2004 | Макароны отварные с оладьями из печени | 280 | 56,83 | 526 | 26 | 21 | 57 |
| | гор.напиток | 685/2004 | Чай с сахаром | 200 | 1,36 | 60 | 0 | 0 | 13 |
| | хлеб черн. | 902 | Хлеб ржаной | 50 | 2,90 | 91 | 3 | 1 | 17 |
| | | | Итого за обед | | 75 Р | 807 | 36 | 30 | 98 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | Итого за день | | 168 Р | 1519 | 64 | 59 | 155 |