

Школа		МБОУ "Северокоммунарская СОШ"				Отд./корп	5-11 кл	День				06.04.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	260	Каша Дружба жидкая		200	11,06	226,2	5,3	11,7	26,1		
	гор.напиток	496	Какао с молоком		200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0		
	хлеб	108	Пшеничный		50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63		
Итого за завтрак						23,35	487,77	12,70	15,40	75,73		
Завтрак 2	фрукты											
Обед	закуска	17	Салат из свежих огурцов		100	8,87	93	2,6	7,8	3		
	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми		250	11,59	108,00	2,30	4,25	15,13		
	2 блюдо	395	Колбаса отварная		90	42,00	230,0	10,40	20,90	0,00		
	гарнир	291\453	Макаронные отварные с соусом томатным		180\30	10,54	201,77	7,35	2,13	38,30		
	напиток	494	Чай с лимоном		200\7	2,60	61,0	0,2	0,0	15,2		
	хлеб бел.	108	Пшеничный		60	1,84	141,00	4,56	0,48	29,52		
	хлеб черн.	109	Ржаной		60	2,10	104,40	3,96	0,72	20,04		
Итого за обед						79,54	939,17	31,37	36,28	121,19		
Итого за день						102,89	1426,94	44,07	51,68	196,92		

Директор:  /Е.А. Овчинникова/

