

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./конт 5-11 кл День 07.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ п.п.	Блюдо				Итого за завтрак	Завтрак 2				Итого за обед	Итого за день				
			Выход, г	Цена	Калорийность	Белки		Жиры	Углеводы	Выход, г	Цена			Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	248	200	11,42	283	9,2	12,9	32,6									
	гор.напиток	493	200	1,50	60,0	0,1	0,0	15,0									
	хлеб	108	50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63									
	Итого за завтрак																
	фрукты																
	Завтрак 2																
	Итого за обед																
	Обед	закюска	74	100	10,8	124,00	0,90	10,20	7,20								
		1 блюдо	153	250	14,60	166,25	9,30	7,20	16,05								
		2 блюдо	381	100	37,20	286,00	17,80	17,50	14,30								
гарнир		423	180	12,40	113,40	6,66	6,48	7,02									
напиток		503	200	9,19	122,00	1,40	0,00	29,00									
хлеб бел.		108	60	1,84	141,00	4,56	0,48	29,52									
хлеб черн.		109	60	2,10	104,40	3,96	0,72	20,04									
Итого за обед																	
Итого за день																	
													123,13	42,58	57,68	55,88	195,36

Директор: /Е.А.Овчинникова/

