

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День 20.04.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	
Завтрак	горячее блюдо	260	Каша Дружба жидкая	150	8,84	4,0	8,8	18,8	169,7	
	горячий напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	3,6	3,3	25,0	144,0	
	хлеб	108	Пшеничный	35	1,40	2,66	0,28	17,22	82,30	
	бутерброд	300	Яйцо варёное	40	8,00	5,1	4,6	0,3	63	
	Итого за завтрак					28,69	15,31	16,93	61,32	458,95
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	17	Салат из свежих огурцов	60	11,00	0,42	6,06	1,20	61,20	
	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми	200	6,60	1,84	3,40	25,10	86,40	
	2 блюдо	395	Колбаса отварная	90	31,91	9,36	18,80	0,00	207,00	
	гарнир	291\453	Макароны отварные с соусом томатным	190	7,80	6,35	1,84	33,06	174,24	
	напиток	494	Чай с лимоном	207	2,60	0,20	0,00	15,20	61,00	
	хлеб белый	108	Пшеничный	40	1,60	3,04	0,32	19,70	94,00	
	хлеб черный	109	Ржаной	40	1,56	2,64	0,48	13,36	69,60	
	Итого за обед					63,07	23,85	30,90	107,62	753,44
	Итого за день					91,76	39,16	47,83	168,94	1212,39

Директор:  Е.А. Овчинникова/

