

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День 21.04.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
Завтрак	горячее блюдо	248	Каша гречневая вязкая	150	10,24	6,9	9,7	24,5	212,3
	горячий напиток	493	Чай с сахаром	200	1,50	0,1	0,0	15,0	60,0
	хлеб	108	Пшеничный	35	1,40	2,66	0,28	17,22	82,30
	бутерброд	95	Бутерброд с повидлом	60	4,61	1,70	4,30	32,60	176,00
	Итого за завтрак				17,75	11,33	14,24	89,27	530,55
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	74	Салат картофельный с морковью и зелёным горошком	60	9,87	1,68	4,32	5,94	69,00
	1 блюдо	153	Суп с рыбными консервами	200	9,66	4,38	5,78	12,84	133,00
	2 блюдо	381	Биточек из говядины	90	30,72	16,20	15,75	12,87	257,40
	гарнир	423	Капуста тушёная	150	11,40	5,55	5,40	5,85	94,50
	напиток	503	Кисель из концентрата плодового	200	9,20	1,40	0,00	29,00	122,00
	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				74,01	34,89	32,05	99,56	839,50
	Итого за день				91,76	46,22	46,29	188,83	1370,05

Директор:  /Е.А.Овчинникова/

