Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День 13.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	258	Каша пшённая вязкая	150	9,50	224,3	6,5	9,7	27,8
	горячий напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0
	хлеб	108	Пшеничный	35	1,47	82,30	2,66	0,28	17,24
	Итого за завтрак				**21,42**	**450,55**	**12,80**	**13,23**	**70,08**
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	2	Салат витаминный	60	3,5	82,8	0,66	6,06	6,36
	1 блюдо	147	Суп с макаронными изделиями	200	14,91	89,0	2,2	2,3	15,1
	2 блюдо	369	Жаркое по-домашнему	180	44,91	310,09	21,27	18,98	13,58
	гарнир								
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	4,15	113,0	2,9	2,0	20,9
	хлеб	108	Пшеничный	40	1,47	94,0	3,0	0,3	19,7
	хлеб	109	Ржаной	40	1,40	69,60	2,64	0,48	13,36
	Итого за обед				**70,34**	**758,49**	**32,67**	**30,12**	**88,96**
	Итого за день				**91,76**	**1209,04**	**45,47**	**43,35**	**159,04**

Директор Е.Н. Овчинникова