

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп

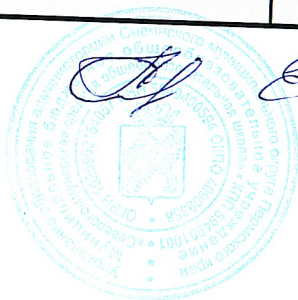
5-11 кл

День

29.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	248	Каша гречневая вязкая	200	12,50	283,1	9,2	12,9	32,7
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	0,1	0,0	15,0	60,0
	хлеб	108	Пшеничный	50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63
	<b>Итого за завтрак</b>								
Завтрак 2	фрукты				<b>24,79</b>	<b>400,77</b>	<b>13,00</b>	<b>28,30</b>	<b>117,33</b>
Обед	закуска	1	Салат из свежей капусты с маслом растительным	100	8,6	1,10	6,06	10,60	138,00
	1 блюдо	134\479	Рассольник ленинградский со сметаной	260	21,56	2,34	7,68	16,52	145,40
	2 блюдо	370	Плов из отварной говядины	180	42,50	13,61	13,39	35,42	316,80
	гарнир								
	напиток	493	Чай с сахаром	200	1,50	144,00	3,60	3,30	25,00
	хлеб бел.	108	Пшеничный	50	1,84	3,80	0,40	24,63	117,57
	хлеб черн.	109	Ржаной	60	2,10	4,00	0,72	20,04	104,40
	<b>Итого за обед</b>								
<b>Итого за день</b>					<b>78,10</b>	<b>168,85</b>	<b>31,85</b>	<b>110,51</b>	<b>847,17</b>
					<b>102,89</b>	<b>569,62</b>	<b>44,85</b>	<b>138,81</b>	<b>964,50</b>

Директор



Е. А. Обвинников