

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 5-11 кл День 02.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша рисовая вязкая	200	12,35	279,4	6,3	11,82	37
	гор.напиток	500	Кофейный напиток с молоком	200	9,41	79,0	3,2	2,7	15,9
	хлеб	108	Пшеничный	50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63
	<b>Итого за завтрак</b>				<b>23,60</b>	<b>475,97</b>	<b>13,30</b>	<b>14,92</b>	<b>77,53</b>
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	7	Салат из моркови	100	6,5	1,10	10,10	9,10	132,00
	1 блюдо	142\479	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	260	11,13	3,40	9,25	8,64	110,40
	2 блюдо	412	Биточек из куры	100	38,60	15,00	10,70	9,30	188,57
	гарнир	291\453	Макароны отварные с соусом томатным	210	11,50	7,12	1,93	37,00	193,60
	напиток	512	Компот из кураги	200	7,62	0,30	0,00	20,10	81,00
	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>79,29</b>	<b>34,72</b>	<b>33,10</b>	<b>128,81</b>	<b>927,54</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>102,89</b>	<b>510,69</b>	<b>46,40</b>	<b>143,73</b>	<b>1005,07</b>

Директор *Е. А. Овешникова*

