

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День 06.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	260	Каша Дружба жидкая	150	9,84	169,7	4,0	8,8	18,8
	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
	<b>Итого за завтрак</b>				<b>21,76</b>	<b>395,95</b>	<b>10,21</b>	<b>12,33</b>	<b>61,04</b>
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	Салат из свежих овощей	60	7,43	55,80	1,56	4,68	1,80
	1 блюдо	144	Суп с бобовыми	200	9,80	86,40	1,84	3,40	12,10
	2 блюдо	404	Птица отварная	90	38,00	207,00	9,36	18,80	0,00
	гарнир	291\453	Макароны отварные с соусом томатным	160/30.	9,30	183,90	6,70	1,87	35,00
	напиток	494	Чай с лимоном	207	2,60	61,00	0,20	0,00	15,20
	хлеб	108	Пшеничный	40	1,47	94,00	3,04	0,32	19,70
	хлеб	109	Ржаной	40	1,40	69,60	2,64	0,48	13,36
	<b>Итого за обед</b>				<b>70,00</b>	<b>757,70</b>	<b>25,34</b>	<b>29,55</b>	<b>97,16</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>91,76</b>	<b>1153,65</b>	<b>35,55</b>	<b>41,88</b>	<b>158,20</b>

Директор Ш. Е. А. Обликинов

