

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп 1-4 кл

День:9 08.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	258	Каша пшённая вязкая	210	9,50	314,0	7,2	10,5	29,0	
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0	
		590	Печенье сахарное	50	12,00	108,70	3,75	4,90	27,20	
	хлеб	108	Пшеничный	40	1,40	94,00	3,04	0,32	19,70	
	Итого за завтрак				500	33,35	660,65	17,55	19,02	100,87
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	2	Салат витаминный	60	5,48	82,8	0,68	6,06	6,36	
	1 блюдо	147	Суп с макаронными изделиями	200	7,52	89,0	2,2	2,3	15,1	
	2 блюдо	369	Жаркое по-домашнему	180	38,15	280,09	19,29	18,98	13,58	
	гарнир									
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	4,10	110,00	0,50	0,00	27,00	
	хлеб	108	Пшеничный	40	1,60	94,00	3,04	0,32	19,70	
	хлеб	109	Ржаной	40	1,56	69,60	2,64	0,48	13,36	
	Итого за обед				720	58,41	725,51	28,31	28,12	95,06
	Итого за день				1220	91,76	1386,16	45,86	47,14	196

Директор: /Е.А.Овчинникова/

