

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День:2 07.02.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------------------|---------|---|-------------|--------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 253 | Каша рисовая вязкая | 200 | 10,30 | 279,4 | 6,3 | 11,8 | 37,0 |
| | гор.напиток | 501 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 9,41 | 79,0 | 3,2 | 2,7 | 15,9 |
| | хлеб | 95 | с повидлом | 60 | 4,61 | 176,00 | 1,70 | 4,30 | 32,60 |
| | хлеб | 108 | пшеничный | 40 | 1,40 | 94,00 | 3,04 | 0,32 | 19,70 |
| | Итого за завтрак | | | 500 | 25,72 | 628,40 | 14,23 | 19,14 | 105,20 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 7 | Салат из моркови | 60 | 7,50 | 79,20 | 0,60 | 6,06 | 5,46 |
| | 1 блюдо | 142\479 | Щи из св капусты с картофелем со сметаной | 210 | 11,30 | 82,60 | 1,66 | 5,48 | 6,58 |
| | 2 блюдо | 412 | Биточек из кури | 90 | 31,24 | 170,00 | 13,50 | 9,62 | 8,40 |
| | гарнир | 291 | Макароны отварные | 160 | 9,80 | 174,24 | 6,36 | 1,84 | 33,06 |
| | напиток | 512 | Компот из кураги | 200 | 8,10 | 81,00 | 0,30 | 0,00 | 20,10 |
| | хлеб | 108 | пшеничный | 40 | 2,60 | 94,00 | 3,04 | 0,32 | 19,70 |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | Итого за обед | | | 760 | 70,54 | 681,04 | 25,46 | 23,32 | 93,30 |
| | Итого за день | | | 1260 | 96,26 | 1309,44 | 39,69 | 42,46 | 198,50 |

Директор:  Е.А. Овчинникова/

