

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп 5-11 кл

День 6 28.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	260	Каша Дружба жидкая	250	11,06	282,7	6,3	13,9	31,4
	горячий напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0
	хлеб	108	Пшеничный	60	1,84	141,00	4,60	0,50	29,60
		300	Яйцо варёное	40	8,00	63	5,1	4,6	0,3
	Итого за завтрак			550	23,35	630,70	19,60	22,30	86,30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	Салат из свежих овощей	100	13,97	93,00	2,60	7,80	3,00
	1 блюдо	144	Суп с бобовыми	250	11,63	108	2,3	4,25	31,4
	2 блюдо	404	Птица отварная	100	42,00	230,00	10,40	15,30	0,00
	гарнир	291	Макаронны отварные	180	10,54	207,90	7,60	2,20	39,00
	напиток	494	Чай с лимоном	207	4,60	61,00	0,20	0,00	15,20
	хлеб	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед			877	84,58	793,90	26,14	29,87	108,30
Итого за день			1427	107,93	1424,60	45,74	52,17	194,60	


 Директор:  /Е.А. Овчинникова/