Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День:3 15.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	258	Каша пшённая вязкая	225	9,50	326,4	7,8	8,5	41,8
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0
	бутерброд	100	Сыр твёрдый порциями	35	8,85	51,45	5	9,14	0
	хлеб бел.	108	пшеничный	40	1,40	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за завтрак			500	30,20	615,83	19,45	21,23	86,46
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	56	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	9,51	29,82	0,94	0,58	4,44
	1 блюдо	158	Суп с макаронными изделиями	200	8,00	87,60	2,06	2,22	14,84
	2 блюдо	381	Котлета из говядины	90	30,72	257,40	14,20	15,75	12,87
	гарнир	429	Картофельное пюре	150	10,57	138,00	3,15	6,60	16,35
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	5,66	110,00	0,50	0,00	27,00
	хлеб бел.	108	пшеничный	40	1,60	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед			740	66,06	716,82	23,89	25,47	95,20
	Итого за день			1240	96,26	1332,65	43,34	46,70	181,7

Директор: /Е.А.Овчинникова/