Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День:7 19.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	248	Каша гречневая вязкая	200	10,24	283,0	9,2	12,9	32,6
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	1,50	60,0	0,1	0,0	15,0
	бутерброд	95	с повидлом	60	4,61	176,00	1,70	4,30	32,60
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,40	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за завтрак			500	17,75	613,00	14,00	17,50	99,90
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	74	Салат картофельный с зелёным горошком	60	10,87	74,40	0,54	2,12	4,32
	1 блюдо	153	Суп с рыбными консервами	200	13,72	123,00	3,29	5,78	12,84
	2 блюдо	381	Биточек из говядины	90	30,72	257,40	16,20	15,75	12,87
	гарнир	423	Капуста тушёная	150	11,40	94,50	5,05	5,42	5,85
	напиток	503	Кисель из концентрата плодового	200	10,20	77,00	1,40	0,00	29,00
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,60	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед			740	78,51	720,30	29,52	29,39	84,58
	Итого за день			1240	96,26	1333,30	43,5	46,89	184,5

Директор /Е.А.Овчинникова/