Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 5-11 кл День 9 23.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	258	Каша пшённая вязкая	250	11,20	373,1	8,6	12,5	34,5
	горячий напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,00	0,32	19,70
	бутерброд	590	Печенье сахарное	60	12,00	108,70	3,80	4,90	27,20
	Итого за завтрак			550	23,49	719,80	19,00	21,02	106,40
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	2	Салат витаминный	100	11,79	138	1,1	8,1	10,6
	1 блюдо	147	Суп с макаронными изделиями	250	20,74	111,0	2,8	2,9	19,9
	2 блюдо	369	Жаркое по-домашнему	280	44,92	326,80	23,00	22,10	15,80
	гарнир								
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	5,15	110,00	0,50	0,00	27,00
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,00	0,32	19,70
	Итого за обед			870	84,44	779,80	30,40	33,42	93,00
	Итого за день			1420	107,93	1499,60	49,40	54,44	199,40

Директор /Е.А.Овчинникова/