

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп

5-11 кл

День 1

15.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	248	Каша гречневая вязкая	250	12,50	264,1	12,6	12,8	44,9
	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	3,04	0,32	19,70
	бутерброд	93	с маслом	60	14,30	295,50	2,40	16,05	15,00
	<b>Итого за завтрак</b>				<b>550</b>	<b>39,09</b>	<b>797,60</b>	<b>21,64</b>	<b>32,47</b>
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	1	Салат из свежей капусты с маслом растительным	100,00	13,74	136,00	0,22	6,00	9,30
	1 блюдо	134\479	Рассольник ленинградский со сметаной	260,00	21,56	113,20	4,40	5,20	13,36
	2 блюдо	370	Плов из отварной говядины	280,00	28,20	316,80	15,61	10,39	35,42
	гарнир								
	напиток	493	Чай с сахаром	200,00	3,50	60,00	0,10	0,00	15,00
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40,00	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	<b>Итого за обед</b>				<b>880</b>	<b>68,84</b>	<b>720,00</b>	<b>23,37</b>	<b>21,91</b>
<b>Итого за день</b>				<b>1430</b>	<b>107,93</b>	<b>1517,60</b>	<b>45,01</b>	<b>54,38</b>	<b>197,38</b>

Директор: И.А. Овчинникова/