

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День:5 21.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	Каша ячневая вязкая	215	8,91	291,5	6,9	12,2	38,4
	гор.напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	9,41	79,0	3,2	2,7	15,9
	бутерброд	91	с сыром	45	8,85	153	6,7	6,5	9,9
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,40	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за завтрак			500	28,57	617,54	19,84	21,75	83,94
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	76	Винегрет овощной	60	7,41	92,40	1,84	1,84	5,88
	1 блюдо	132\479	Рассольник Домашний со сметаной	210	9,20	101,20	1,92	5,66	10,60
	2 блюдо	405	Курица, в соусе с томатом	100	29,00	160,00	11,30	11,25	13,41
	гарнир	414	Рис отварной	160	9,92	180,20	3,94	6,00	36,10
	напиток	518	Сок фруктовый	200	10,56	92,00	1,00	0,20	0,20
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,60	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед			770	67,69	719,80	23,04	25,27	85,89
	Итого за день			1270	96,26	1337,34	42,9	47,02	169,8

Директор Е.А.Овчинникова/

