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

День 5 21.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	255	Каша ячневая вязкая	250	9,20	339	8	14	44,7
	горячий напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	9,41	79,0	3,2	2,7	15,9
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	бутерброд	91	с сыром	60	8,85	88,3	8,6	12	5
	Итого за завтрак			**550**	**20,45**	**600,30**	**22,84**	**29,02**	**85,30**
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	65	Салат картофельный с зелёным горошком	100	11,8	154,00	3,10	3,10	9,80
	1 блюдо	142\479	Рассольник Домашний со сметаной	260	13,24	125,30	2,40	4,00	13,10
	2 блюдо	405	Курица, в соусе с томатом	100	37,96	160,00	11,30	10,25	18,41
	гарнир	414	Рис отварной	180	11,50	216,30	4,70	7,20	45,30
	напиток	518	Сок фруктовый	200	11,14	92,00	1,00	0,20	0,20
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед			**880**	**87,48**	**841,60**	**25,54**	**25,07**	**106,51**
	Итого за день			**1430**	**107,93**	**1441,90**	**48,38**	**54,09**	**191,81**

Директор /Е.А.Овчинникова/