

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп 5-11 кл

День 7

23.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	248	Каша гречневая вязкая	250	11,42	253,8	11,5	16,1	40,8
	горячий напиток	493	Чай с сахаром	200	1,50	60,0	0,1	0,0	15,0
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	бутерброд	95	с повидлом	60	4,61	176,00	1,70	4,30	32,60
	Итого за завтрак			550	14,76	583,80	16,34	20,72	108,10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	9	Салат из моркови и яблок	100	12,8	124,00	0,90	3,50	7,20
	1 блюдо	153	Суп с рыбными консервами	250	16,60	123	3,29	5,78	12,84
	2 блюдо	381	Биточек из говядины	100	37,20	257,40	16,20	15,75	12,87
	гарнир	423	Капуста тушёная	180	14,50	113,40	6,06	6,50	7,00
	напиток	503	Кисель из концентрата плодового	200	10,23	77,00	1,40	0,00	29,00
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед			870	93,17	788,80	30,89	31,85	88,61
Итого за день			1420	107,93	1372,60	47,23	52,57	196,71	

Директор: Е.А. Овчинникова/

