

Детсад

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп Детсад

День 21.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	273	Каша пшённая жидкая	200	10,36	283,60	7,80	9,50	35,80
	бутерброд	74/117	Бутерброд с маслом	8\35	8,00	197,00	1,60	16,70	10,00
	напиток	503	Чай с сахаром	200	1,50	60,00	0,10	0,00	15,00
	хлеб	114	Пшеничный	20	0,50	47,00	1,52	0,16	9,84
2 завтрак	напиток		Фито-чай	150	0,50	72,80	0,53	0,23	17,10
Обед	1 блюдо	148/488	Суп из сборных овощей со сметаной	200\8	12,91	105,40	3,14	4,72	12,51
	2 блюдо	386	Шницель из говядины	70	27,30	200,20	12,46	12,25	10,01
	гарнир	243/448	Каша гречневая рассыпчатая с соусом молочным с морковью	100\40	9,25	215,14	6,64	8,43	28,19
	напиток	531	Компот из плодов сушёных(курага,чернослив)	200	5,84	81,00	0,30	0,00	20,10
	хлеб	114	Пшеничный	20	0,54	47,00	1,52	0,16	9,84
	хлеб	115	Ржаной	20	0,50	34,80	1,32	0,24	6,68
					130	18,65	212,00	11,20	17,40
Полдник	выпечка	307	Омлет натуральный	200	11,15	106,00	5,80	5,00	9,60
	напиток	534	молоко кипячёное						
Итого за день					107,00	1661,94	53,93	74,79	187,67

Директор: Е.А. Овчинникова/

