

Детсад

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп детсад

День 10.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	254	Каша гречневая вязкая	200	12,6	283,00	9,20	12,70	32,60
	бутерброд	96	Бутерброд с сыром	5\12\35	10,70	153,00	6,70	9,50	9,90
	напиток	506	Чай с молоком	200	4,50	81,00	1,50	1,30	15,90
	хлеб	114	Пшеничный	20	0,50	47,00	1,52	0,16	9,84
2 завтрак	напиток	539	Сок фруктовый(яблочный)	150	10,00	69,00	0,75	0,15	0,15
Обед	1 блюдо	159	Суп с рыбными консервами	200	17,92	133,00	7,38	5,78	12,84
	2 блюдо	405	Курица, в соусе с томатом	70	23,54	112,00	7,90	7,87	2,39
	гарнир	297	Макаронны отварные	100	8,80	96,60	3,77	0,45	19,36
	напиток	528	Компот из яблок с лимоном	200	7,90	103,00	0,30	0,20	25,10
	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
Полдник	Закуска	82/306	Винегрет овощной, яйцо варёное	50\20	11,20	96,50	3,20	7,70	3,55
	напиток	505	Чай с лимоном	200	2,30	60,00	0,10	0,00	15,00
	Итого за день				111,00	1315,90	45,16	46,21	163,15

Директор:  /Е.А.Овчинникова/