

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп 5-11 кл

День 14.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	248	Каша гречневая вязкая						
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	11,42	283	9,2	12,9	32,6
	хлеб	108	Пшеничный	200	1,50	60,0	0,1	0,0	15,0
				50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63
<b>Итого за завтрак</b>									
Завтрак 2	фрукты				<b>14,76</b>	<b>460,57</b>	<b>13,10</b>	<b>13,30</b>	<b>72,23</b>
Обед	закуска	9	Салат из моркови и яблок						
	1 блюдо	153	Суп с рыбными консервами	100	10,8	124,00	0,90	10,20	7,20
	2 блюдо	381	Биточек из говядины	250	14,60	166,3	9,3	7,2	16,1
	гарнир	423	Капуста тушёная	100	37,20	286,00	17,80	17,50	14,30
	напиток	503	Кисель из концентрата плодового	180	12,40	113,40	6,66	6,48	7,02
	хлеб бел.	108	Пшеничный	200	9,19	122,00	1,40	0,00	29,00
	хлеб черн.	109	Ржаной	50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63
				60	2,10	104,40	4,00	0,72	20,04
	<b>Итого за обед</b>								
<b>Итого за день</b>					<b>88,13</b>	<b>1033,67</b>	<b>43,86</b>	<b>42,50</b>	<b>118,29</b>
					<b>102,89</b>	<b>1494,24</b>	<b>56,96</b>	<b>55,80</b>	<b>190,52</b>

Директор *Е. А. Обвинина*

