

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп 5-11 кл

День 15.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	Каша ячневая вязкая						
	гор.напиток	500	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	10,20	271,2	6,4	11,4	35,8
	хлеб	108	Пшеничный	200	9,41	113,0	2,9	2,0	20,9
				50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63
<b>Итого за завтрак</b>									
Завтрак 2	фрукты				21,45	501,77	13,10	13,80	81,33
Обед	закуска	68	Салат сельдь с картофелем						
	1 блюдо	128\479	Борщ со свежей капустой и сметаной	100	9,35	176,00	5,20	12,7	10,30
	2 блюдо	406	Плов из отварной птицы	260	16,60	122,8	3,10	7,9	11,0
	гарнир			210	46,35	359,0	16,0	15,9	37,9
	напиток	507	Компот из свежих яблок						
	хлеб бел.	108	Пшеничный	200	5,20	96,00	0,50	0,20	23,10
	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>					81,44	975,77	32,60	37,77	127,01
					102,89	1477,54	45,70	51,57	208,34

Директор *Е. А. Свистинина*

