

Школа

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп 5-11 кл

День 21.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша рисовая вязкая						
	гор.напиток	500	Кофейный напиток с молоком	200	12,35	279,4	6,3	11,82	37
	хлеб	108	Пшеничный	200	9,41	79,0	3,2	2,7	15,9
				50	1,84	117,57	3,80	0,40	24,63
Итого за завтрак									
Завтрак 2	фрукты				23,60	475,97	13,30	14,92	77,53
Обед	закуска	7	Салат из моркови						
	1 блюдо	142\479	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	100	6,5	1,10	10,10	9,10	132,00
	2 блюдо	412	Биточек из кури	260	11,13	3,40	9,25	8,64	110,40
	гарнир	291\453	Макароны отварные с соусом томатным	100	38,60	15,00	10,70	9,30	188,57
	напиток	512	Компот из кураги	210	11,50	7,12	1,93	37,00	193,60
	хлеб бел.	108	Пшеничный	200	7,62	0,30	0,00	20,10	81,00
	хлеб черн.	109	Ржаной	50	1,84	3,80	0,40	24,63	117,57
				60	2,10	4,00	0,72	20,04	104,40
	Итого за обед								
Итого за день					79,29	34,72	33,10	128,81	927,54
					102,89	510,69	46,40	143,73	1005,07

Директор Школа Е.А. Обгинников

