

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День 10.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша рисовая вязкая	150	10,30	209,6	4,7	8,9	27,8
	гор.напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	9,41	79,0	3,2	2,7	15,9
	хлеб	108	Пшеничный	35	1,47	82,30	2,66	0,28	17,24
	Итого за завтрак				21,18	370,85	10,57	11,85	60,89
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	3,5	92,40	0,66	6,06	5,46
	1 блюдо	142\479	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	210	8,69	82,60	1,65	5,98	6,56
	2 блюдо	412	Биточек из куры	90	38,60	170,00	13,50	9,64	8,40
	гарнир	291\453	Макароны отварные с соусом томатным	160\30	9,30	174,26	6,35	1,84	33,08
	напиток	512	Компот из кураги	200	7,62	81,00	0,30	0,00	20,10
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,47	94,00	3,04	0,32	19,70
	хлеб черн.	109	Ржаной	40	1,40	69,60	2,64	0,48	13,36
	Итого за обед				70,58	763,86	28,14	24,32	106,66
Итого за день				91,76	1134,71	38,71	36,17	167,55	

Директор *Е.А. Обишнев*

