

Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 5-11 кл День 3 01.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	258	Каша пшённая вязкая	250	11,86	326,4	8,7	9,4	52,3
	горячий напиток	496	Какао с молоком	200	10,45	144,0	3,6	3,3	25,0
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	бутерброд	100	Сыр твёрдый порциями	60	8,85	88,3	8,6	12	0
	Итого за завтрак				550	33,00	652,70	23,94	25,02
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	56	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	11,25	49,40	1,60	1,00	7,40
	1 блюдо	147	Суп с макаронными изделиями	250	12,82	109,5	2,6	3,7	18,6
	2 блюдо	381	Котлета из говядины	100	30,29	286,00	17,8	17,8	14,30
	гарнир	429	Картофельное пюре	180	11,48	165,60	3,78	7,92	19,62
	напиток	508	Компот из сухофруктов	200	7,25	110,00	0,50	0,00	27,00
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,84	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за обед				870	74,93	814,50	29,32	30,74
Итого за день				1420	107,93	1467,20	53,26	55,76	203,62

Директор:  Е.А.Овчинникова/

