Школа МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп 1-4 кл День:8 08.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	Каша ячневая вязкая	225	8,91	305,1	7,2	8,8	40,2
	гор.напиток	500	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	10,71	113,0	2,9	2,0	20,9
	бутерброд	91	с сыром	35	9,74	123	5	8,1	7,4
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,40	94,00	3,04	0,32	19,70
	Итого за завтрак			500	30,76	635,10	18,14	19,22	88,23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	68	Салат сельдь с картофелем	60	10,81	105,60	3,12	7,62	6,18
	1 блюдо	128\479	Борщ со свежей капустой и сметаной	210	13,10	92,20	1,72	5,50	8,90
	2 блюдо	406	Плов из отварной птицы	240	31,77	307,7	13,7	13,6	32,5
	гарнир								
	напиток	507	Компот из свежих яблок	200	8,22	96,00	0,50	0,20	23,10
	хлеб бел.	108	Пшеничный	40	1,60	94,00	3,04	0,32	19,90
	Итого за обед			750	65,50	695,50	22,08	27,24	90,58
	Итого за день			1250	96,26	1330,60	40,22	46,46	178,8

Директор: /Е.А.Овчинникова/