

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Покров

Отд./корп

-

День

10/11/2023

| Прием пищи         | Раздел      | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена    | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------|-------------|--------|---------------------------------------|----------|---------|--------------|-------|------|----------|
| Бесплатный завтрак | салат       | 54-11з | Салат из моркови и яблок 1/60         | 60       | 9,00р.  | 96           | 1     | 6    | 9        |
|                    | яичн.блюдо  | 214    | Омлет натуральный 1/200               | 200      | 40,00р. | 260          | 18    | 17   | 9        |
|                    | гор.напиток | 379    | Кофейный напиток с молоком 1/200      | 200      | 15,00р. | 121          | 4     | 4    | 19       |
|                    | хлеб пшен.  | 17615  | Хлеб пшеничный 2/26                   | 52       | 3,00р.  | 154          | 4     | 4    | 26       |
| Бесплатный обед    | 1 блюдо     | 102    | Суп гороховый с мясом 1/200           | 200      | 16,00р. | 223          | 8     | 14   | 17       |
|                    | 2 блюдо     | 16397  | Котлета "Трио" с мясом и печенью 1/90 | 90       | 41,00р. | 329          | 15    | 24   | 14       |
|                    | гарнир      | 171    | Рис отварной с овощами 1/150          | 150      | 10,00р. | 198          | 4     | 6    | 22       |
|                    | гор.напиток | 375    | Чай с сахаром 1/200                   | 200      | 2,00р.  | 32           | 0     | 0    | 8        |
|                    | хлеб ржан.  | 59309  | Хлеб ржаной 2/30                      | 60       | 3,00р.  | 146          | 4     | 2    | 28       |
| Бесплатный полдник | выпечка     | 438    | Плюшка с корицей 1/100                | 100      | 14,00р. | 338          | 8     | 11   | 54       |
|                    | кисл.прод.  | 386    | Йогурт плодово-ягодный 2,5 % 1/200    | 200      | 30,00р. | 159          | 6     | 5    | 23       |

