

Школа МБОУ СОШ № 2 г. Покров Отд./корп   День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром	200		288.81	6.19	7.93	46.22
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	40		96.34	2.23	7.40	15.66
	напиток	376	Чай с сахаром	200		28.13	0.00	0.00	7.04
	фрукты	338	Фрукт свежий	150		107.30	1.50	0.60	23.10
			<i>Итого завтрак:</i>	590	0.00	520.58	9.92	15.93	92.02
Обед	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	200		167.81	6.17	6.46	17.05
	2 блюдо	311	Гуляш из птицы	90		285.19	15.97	16.90	8.68
	2 блюдо	304	Рис отварной	150		183.15	3.73	5.24	39.26
	закуска	22	Горошек зеленый консерв./ Помидор свежий	60		24.70	1.43	0.20	5.53
	напиток	344	Компот фруктовый	200		36.14	0.90	0.08	7.05
	хлеб	19	Хлеб ржаной	30		116.55	3.74	0.68	21.65
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40		135.00	3.80	0.45	24.75
				<i>Итого обед:</i>	770	0	948.54	35.74	30.01
			<b>ИТОГО ДЕНЬ 1:</b>	<b>1360</b>	<b>0</b>	<b>1469</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>216</b>

ДАТА: 09.01.2024 г.