

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

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------|-----------------------|----------|--------------|-----------|-----------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 174 | Каша рисовая молочная | 200 | | 186.73 | 5.96 | 6.80 | 20.45 |
| | хлеб | 18 | Хлеб пшеничный | 40 | | 135.00 | 3.80 | 0.45 | 24.75 |
| | напиток | 379 | кофейный напиток с молоком | 200 | | 84.85 | 1.74 | 4.02 | 11.46 |
| | конд.изделие | | кондитерское изделие | 30 | | 125.13 | 2.25 | 3.54 | 32.47 |
| | | | | <i>Итого завтрак:</i> | 470 | 0.00 | 531.71 | 13.75 | 14.81 |
| Обед | 1 блюдо | 88 | Щи из свежей капусты с мясом говядины | 200 | | 277.32 | 5.16 | 5.97 | 9.75 |
| | 2 блюдо | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 221.86 | 4.39 | 7.48 | 35.81 |
| | 2 блюдо | 260 | Мясо тушеное с луком | 90 | | 354.58 | 13.23 | 16.28 | 44.42 |
| | напиток | 349 | Компот из сухофруктов | 200 | | 41.91 | 0.00 | 0.00 | 11.23 |
| | 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> | 710 | 0 | 1147.22 | 30.32 | 30.86 |
| | | | ИТОГО ДЕНЬ 2: | 1180 | 0 | 1679 | 44 | 46 | 237 |

ДАТА: 10.01.2024 г.