

Школа МБОУ СОШ 2 Покров Отд./корп День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша гречневая с молоком	200	25.00	202.70	6.00	3.16	24.80
		209	Яйцо отварное	50	13.10	76.00	6.50	5.20	0.40
			Кондитерское изделие	30	16.74	82.00	1.10	3.54	22.50
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40	3.00	135.00	3.80	0.45	24.75
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	18.25	84.85	1.74	4.02	11.46
			<i>Итого завтрак:</i>	<i>520</i>	<i>76.09</i>	<i>580.55</i>	<i>19.14</i>	<i>16.37</i>	<i>83.91</i>
Обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с курицей	200	27.00	142.00	3.60	2.00	6.20
	2 блюдо	271	Котлета домашняя с соусом	90	40.85	170.00	11.77	14.50	29.15
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	21.00	181.50	3.23	9.60	18.90
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6.00	41.91	0.00	0.00	11.23
	хлеб черн.	19	Хлеб ржаной	30	5.00	116.55	3.74	0.68	21.65
	хлеб бел.	18	Хлеб пшеничный	40	7.00	135.00	3.80	0.45	24.75
				<i>Итого обед:</i>	<i>710</i>	<i>106.85</i>	<i>786.96</i>	<i>26.131</i>	<i>27.225</i>
			ИТОГО ДЕНЬ 7:	1230	183	1368	45	44	196

ДАТА: 30.01.2024 г.