

Школа	МБОУ СОШ №2 г.Покров			Отд./корп	День				
									3
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	59	Салат из моркови	100	6,06	39,90	1,06	0,17	8,52
	гор.блюдо	223	Запеканка творожная со сгущенным молоком	155	40,03	338,00	10,40	15,48	39,20
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	15,00	117,40	4,58	4,17	13,85
	напиток		Сок фруктовый	200	15,00	92,00	0,50	0,2	20,10
				<i>Итого завтрак:</i>	500	76,09	587,30	16,54	19,82
Обед	1 блюдо	111	Суп вермишелевый с курицей	200	25,86	171,04	7,19	5,70	21,54
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	21,00	181,50	3,23	9,60	18,90
	2 блюдо	234	Котлета рыбная	90	36,00	127,00	7,60	7,20	10,57
	напиток	352	Компот из яблок свежих	200	12,00	74,96	0,12	0,11	17,89
	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>	710	106,86	806,043	25,6725	23,733
			ИТОГО ДЕНЬ 3:	1210	183	1393	42	44	197

ДАТА: 10.04.2024 г.