

Школа МБОУ СОШ №2 г.Покров Отд./корп День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша пшенная	200	22,00	170,27	8,50	3,62	27,05
	хлеб	1, 3	Бутерброд с маслом и сыром	50	20,00	152,00	4,72	10,42	18,39
	гор.напиток	378	Чай с молоком	200	10,00	82,07	1,61	3,00	11,25
	фрукты	338	Яблоко/апельсин	200	24,09	71,50	1,00	0,40	15,40
				<i>Итого завтрак:</i>	<i>650</i>	<i>76,09</i>	<i>475,84</i>	<i>15,83</i>	<i>17,44</i>
Обед	закуска	47	Салат из квашеной капусты // Огурец свежий	60	8,00	48,67	0,64	2,06	6,48
	1 блюдо	99	Суп из овощной с мясом	200	17,82	85,00	1,08	5,50	7,00
	гарнир	309	Макароны отварные	150	15,00	177,25	2,97	4,85	34,82
	2 блюдо	261	Печень тушеная в соусе	100	42,03	198,00	14,20	13,57	10,80
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	12,00	47,90	0,11	0,11	11,63
	хлеб черн.	19	Хлеб ржаной	40	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>790</i>	<i>106,85</i>	<i>808,366</i>	<i>26,5221</i>	<i>27,2069</i>
			ИТОГО ДЕНЬ 6:	1440	183	1284	42	45	189

ДАТА: 11.11.2024 г.