

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	210	36,00	186,73	5,96	6,85	20,45
	закуска		Печенье/вафли	50	13,84	189,00	4,20	4,00	26,60
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40	8,00	117,00	3,95	0,50	24,20
	напиток		Снежок	200	18,25	108,00	4,50	3,00	21,80
				<i>Итого завтрак:</i>	<b>500</b>	<b>76,09</b>	<b>600,73</b>	<b>18,61</b>	<b>14,35</b>
Обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с мясом	200	27,00	142,00	3,60	4,20	6,20
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,00	200,86	3,39	3,48	35,81
	2 блюдо	260	Мясо тушеное с луком	90	45,85	168,00	13,23	19,40	2,56
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,00	41,91	0,00	0,00	11,23
	хлеб черн.	19	Хлеб ржаной	40	5,00	116,55	3,74	0,68	21,65
	хлеб бел.	18	Хлеб пшеничный	30	7,00	135,00	3,80	0,45	24,75
				<i>Итого обед:</i>	<b>710</b>	<b>106,85</b>	<b>804,32</b>	<b>27,755</b>	<b>28,205</b>
			<b>ИТОГО ДЕНЬ 2:</b>	<b>1210</b>	<b>183</b>	<b>1405</b>	<b>46</b>	<b>43</b>	<b>195</b>

ДАТА: 19.11.2024 г.