

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	40,66	170,27	8,50	3,62	27,05
	хлеб	1, 3	Бутерброд с маслом и сыром	50	33,00	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	38,00	71,50	1,00	0,40	15,40
				<i>Итого завтрак:</i>	650	121,66	475,84	15,83	17,44
Обед	закуска	47	Салат из квашеной капусты // Огурец свежий	60	14,01	48,67	0,64	2,06	6,48
	1 блюдо	99	Суп из овощной с мясом	200	38,00	85,00	1,08	5,50	7,00
	гарнир	309	Макароны отварные	150	20,00	177,25	2,97	4,85	34,82
	2 блюдо	261	Печень тушеная в соусе	100	63,00	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>	790	159,01	808,366	26,5221	27,2069
			ИТОГО ДЕНЬ 6:	1440	281	1284	42	45	189

ДАТА:13.01.2025 г.