

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	13,00	39,90	1,06	0,17	8,52
	гор.блюдо	223	Запеканка творожная со сгущенным молоком	200	63,66	338,00	10,40	15,48	39,20
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	45	25,00	117,40	4,58	4,17	13,85
	напиток		Сок фруктовый	200	20,00	92,00	0,50	0,2	20,10
				<i>Итого завтрак:</i>	545	121,66	587,30	16,54	19,82
Обед	1 блюдо	111	Суп вермишелевый с курицей	200	38,01	171,04	7,19	5,70	21,54
	2 блюдо	234	Котлета рыбная	100	62,00	127,00	7,60	7,20	10,57
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	33,00	181,50	3,23	9,60	18,90
	напиток	352	Компот из яблок свежих	200	14,00	74,96	0,12	0,11	17,89
	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>	730	159,01	806,043	25,6725	23,733
			ИТОГО ДЕНЬ 3:	1275	281	1393	42	44	197

ДАТА: 05.03.2025 г.