

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Покров

Отд./корп

День

7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша гречневая с молоком	200	44,66	202,70	6,00	3,16	24,80	
	гор.блюдо	209	Яйцо отварное	50	19,00	76,00	6,50	5,20	0,40	
			Йогурт	125	30,00	55,20	2,80	3,00	14,20	
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	30	6,00	135,00	3,80	0,45	24,75	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	22,00	84,85	1,74	4,02	11,46	
			<i>Итого завтрак:</i>		<i>605</i>	<i>121,66</i>	<i>553,75</i>	<i>20,84</i>	<i>15,83</i>	<i>75,61</i>
Обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с мясом	200	37,01	142,00	3,60	2,00	6,20	
	2 блюдо	271	Котлета домашняя с соусом	100	69,00	170,00	11,77	14,50	29,15	
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	33,00	181,50	3,23	9,60	18,90	
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	8,00	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	40	7,00	135,00	3,80	0,45	24,75	
			<i>Итого обед:</i>		<i>730</i>	<i>159,01</i>	<i>786,96</i>	<i>26,131</i>	<i>27,225</i>	<i>111,878</i>
			ИТОГО ДЕНЬ 7:		1335	281	1341	47	43	187

ДАТА: 11.03.2025 г.