

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

21.11.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|-------------|------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 173/2017 | Каша вязкая молочная из пшениной крупы с/м | 205 | | 200,4 | 5,67 | 5,28 | 32,55 |
| | фрукт | 338/2017 | Яблоко свежее калиброванное | 130 | | 57,72 | 0,52 | 0,52 | 12,74 |
| | гор.напиток | 376/2017 | Чай с сахаром | 215 | | 60,98 | 0,2 | 0,02 | 15 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | | 84,39 | 2,47 | 0,31 | 17,93 |
| | | 14/2017 | Масло сливочное 72,5 % м.д.ж. | 10 | | 66,09 | 0,08 | 7,25 | 0,13 |
| | | | Итого за прием: | 590 | | 469,58 | 8,94 | 13,38 | 78,35 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 101/2017 | Суп картофельный с рисом | 200 | | 72,67 | 1,58 | 2,19 | 11,66 |
| | 2 блюдо | 278/2017 | Тефтели из говядины | 140 | | 201,7 | 10,7 | 13,3 | 9,8 |
| | гарнир | 203/2017 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 168,56 | 5,52 | 4,52 | 26,45 |
| | 3 блюдо | 342/2017 | Компот из свежих яблок | 200 | | 97,6 | 0,16 | 0,16 | 23,88 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 30 | | 84,39 | 2,47 | 0,31 | 17,93 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | | 51,24 | 1,98 | 0,36 | 10,02 |
| | | | Итого за прием: | 750 | | 676,16 | 22,41 | 20,84 | 99,74 |
| | | | Всего за день: | 1340 | | 1145,74 | 31,35 | 34,22 | 178,09 |