

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

23.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/2017	Каша вязкая молочная из пшенной 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	закуска	75/2017	Икра свекольная	60		61,1	1,42	0,06	13,72
	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:	810		737,26	23,83	20,90	113,46
			Всего за день:	1400		1206,84	32,77	34,28	191,81