

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

03.03.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец.                 | Блюдо                      | Выход, г    | Цена | Калорийность   | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|------------|------------|------------------------|----------------------------|-------------|------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак    | гор.блюдо  | 268/2017               | Котлета из говядины        | 90          |      | 291            | 13,2         | 21           | 12,3          |
|            |            | 348/2017               | Соус томатный              | 50          |      | 46,22          | 0,58         | 3,1          | 4             |
|            | гарнир     | 302/2017               | Каша гречневая рассыпчатая | 150         |      | 203,77         | 8,6          | 6,09         | 28,64         |
|            | напиток    | 382/2017               | Какао с молоком            | 200         |      | 134,50         | 4,20         | 3,62         | 21,28         |
|            | хлеб       |                        | Хлеб пшеничный             | 30          |      | 84,39          | 2,47         | 0,31         | 17,93         |
|            |            |                        |                            |             |      |                |              |              |               |
|            |            | <b>Итого за прием:</b> |                            | <b>520</b>  |      | <b>759,88</b>  | <b>29,05</b> | <b>34,12</b> | <b>84,15</b>  |
| Завтрак 2  | фрукт      |                        |                            |             |      |                |              |              |               |
|            |            |                        |                            |             |      |                |              |              |               |
|            |            |                        |                            |             |      |                |              |              |               |
| Обед       |            |                        |                            |             |      |                |              |              |               |
|            | 1 блюдо    | 96/2017                | Рассольник Ленинградский   | 200         |      | 96,61          | 1,68         | 4,09         | 13,27         |
|            | 2 блюдо    | 289/2017               | Рагу из птицы              | 290         |      | 374,21         | 23,06        | 19,17        | 27,36         |
|            | 3 блюдо    | 342/2017               | Компот из свежих фруктов   | 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         |
|            |            |                        |                            |             |      |                |              |              |               |
|            |            | <b>Итого за прием:</b> |                            | <b>750</b>  |      | <b>704,05</b>  | <b>29,35</b> | <b>24,09</b> | <b>92,46</b>  |
|            |            | <b>Всего за день:</b>  |                            | <b>1270</b> |      | <b>1463,93</b> | <b>58,40</b> | <b>58,21</b> | <b>176,61</b> |