

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

19.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|------------------------|----------|------------------------------|--------------|----------------|---------------|--------------|---------------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 210/2017 | Омлет натуральный | 210 | | 336,12 | 16,2 | 28,8 | 3,06 |
| | гор.напиток | 379/2017 | Кофейный напиток с молоком | 200 | | 133,09 | 3,12 | 2,67 | 24,17 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | | 84,39 | 2,47 | 0,31 | 17,93 |
| | закуска | 101/2004 | Икра кабачковая | 60 | | 44,43 | 1,20 | 2,82 | 3,56 |
| | Итого за прием: | | | 500 | 73,65 | 598,03 | 22,96 | 34,6 | 48,72 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 82/2017 | Борщ с капустой с картофелем | 200 | | 95,81 | 1,86 | 4,53 | 11,9 |
| | 2 блюдо | 227/2017 | Рыба минтай припущенная | 90 | | 220,3 | 17,32 | 15,1 | 3,82 |
| | гарнир | 310/2017 | Картофель отварной | 150 | | 142,3 | 2,9 | 4,3 | 23 |
| | 3 блюдо | 648/2004 | Кисель фруктовый | 200 | | 115,62 | 0,57 | 0,06 | 28,2 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 30 | | 84,39 | 2,47 | 0,31 | 17,93 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ражано-пшеничный | 30 | | 51,24 | 1,98 | 0,36 | 10,02 |
| | Итого за прием: | | | 700 | 73,65 | 709,64 | 21,73 | 20,05 | 53,94 |
| Всего за день: | | | 1200 | 147,3 | 1307,67 | 44,69 | 54,65 | 102,66 | |