

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

06.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	234/2017	Биточки рыбные из минтая	100		165,8	13,7	7	12
	гарнир	312/2017	Пюре картофельное	150		137,2	3,06	4,8	20,44
	гор.напиток	377/2017	Чай с лимоном	222		61,5	0,13	0,02	15,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		84,39	2,47	0,31	17,93
	Итого за прием:			502	73,65	448,89	19,36	12,13	65,57
Завтрак 2	фрукт								
Обед	закуска	70/2017	Овощи соленые (огурцы)	60		8,90	0,72	1,98	7,02
	1 блюдо	99/2017	Суп из овощей со сметаной	200		70,23	1,27	3,99	7,31
	2 блюдо	290/2017	Птица тушеная в соусе томатном	140		218,83	16,3	14,8	5,13
	гарнир	302/2017	Каша перловая рассыпчатая	150		149,9	4,45	4,3	23,35
	3 блюдо	342/2017	Компот из смеси сухофруктов	200		113,02	0,44	0,02	27,77
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20		56,20	1,65	0,20	11,95
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30		51,24	1,98	0,36	10,02
	Итого за прием:			800	73,65	668,32	26,81	25,65	92,55
Всего за день:			1302	147,30	1117,21	46,17	37,78	158,12	