

Школа

МКОУ ШИ

Отд./корп

День

2023-09-25

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 2.12 | Каша рисовая молочная | 230 | 21,00 | 219 | 7 | 10 | 33 |
| | гор.напиток | 1.03 | Какао | 200 | 13,2 | 145 | 4 | 4 | 25 |
| | хлеб | 10.05 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,51 | 59 | 2 | 1 | 12 |
| | | 10.03 | Бутерброд с сыром | 47 | 5,56 | 131 | 5,5 | 3 | 12 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | напиток | 1.016 | Сок яблочный | 200 | 9,82 | 92 | 1 | 0 | 20 |
| Обед | закуска | 4.03 | Салат из моркови | 110 | 4,90 | 151 | 2 | 10 | 14 |
| | 1 блюдо | 5.01 | Борщ со сметаной | 310 | 25,92 | 127 | 3 | 6 | 15 |
| | 2 блюдо | 6.06 | Суфле из кур | 130 | 38,35 | 320 | 20 | 24 | 7 |
| | гарнир | 3.09 | Гречка | 155 | 12,98 | 301 | 9 | 10 | 44 |
| | сладкое | 1.09 | Компот из сухофруктов | 200 | 5,83 | 114 | 0 | 1 | 28 |
| | хлеб бел. | 10.05 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,02 | 117 | 4 | 1 | 24 |
| | хлеб черн. | 10.04 | Хлеб ржаной | 100 | 4,40 | 174 | 7 | 1 | 33 |
| | | 8.02 | Соус молочный | 100 | 8,73 | 112 | 3 | 7 | 9 |