

Школа МБОУ СОШ № 13 1-4 класс

Отд./корп

День 18.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	.закуска		Овощи по сезону	60	0	8,93	0,36	0,03	1,8
	2_блюдо	333	Макароны с сыром	180	0	308,51	9,97	12,49	39,05
	напитки	686	Чай с лимоном и сахаром	207	0	42,64	0,27	0,06	10,27
	фрукты								
	прочие	3	Бутерброд с джемом	50		142,8	6,4	8,5	10,3
	прочие								
Обед	закуска		Салат из моркови с яблоками	60	0	98,00	0,60	0,10	8,5
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты со сметаной	210	0	108,00	1,90	4,50	7,91
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	200	0	252,00	19,05	7,84	21,36
	гарнир				0				
	прочее		Хлеб ржаной	40	0	64,00	2,65		13,40
	прочее		Хлеб пшеничный	50	0	131,00	3,75	1,45	25,70
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	0	107,55	0,43	0,02	26,42