

Школа

5-11 класс

Отд./корп

День

10/21/2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | фирм   | Плов из свинины                   | 280      |      | 550.8        | 13.41 | 20.62 | 56.48    |
|            | гор.напиток | 412    | Чай с лимоном и сахаром           | 207      |      | 44.2         | 0.12  | 0.03  | 10.54    |
|            | хлеб        |        | Хлеб ржаной                       | 32.5     |      | 52           | 2.15  | 0.39  | 13.55    |
|            |             |        | Хлеб пшеничный                    | 20       |      | 52.3         | 1.32  | 0.13  | 9.38     |
|            |             |        | Печенье                           | 16       |      | 70.6         | 3.84  | 1.5   | 23.42    |
|            |             |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 13/2   | Суп овощной со сметаной и курицей | 250      |      | 133.3        | 4     | 5.02  | 16.91    |
|            | 2 блюдо     | 322    | Котлеты из мяса кур               | 100      |      | 186.8        | 15.95 | 13.88 | 15.83    |
|            | гарнир      | 218    | Макаронные изделия отварные       | 180      |      | 253.4        | 6.56  | 4.37  | 42.15    |
|            | сладкое     |        |                                   |          |      |              |       |       |          |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                    | 40       |      | 104.7        | 2.64  | 0.26  | 18.76    |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                       | 65       |      | 104          | 4.29  | 0.78  | 27.11    |
|            |             | 411    | Чай с сахаром                     | 200      |      | 41.5         | 0.08  | 0.02  | 6.9      |