Школа | - | Отд./корп | | День | 30.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 5/9 | Биточки из мяса кур | 90 | | 187,83 | 13,34 | 11,19 | 8,36 |
| | гор.напиток | 27/10 | Чай с сахаром | 200 | | 19,21 | 0,08 | 0,02 | 4,95 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 33 | | 62,85 | 2,15 | 39,00 | 13,55 |
| | | | Помидор | 60 | | 15,25 | 0,65 | 0,12 | 3,06 |
| | | 43/3 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | | 196,75 | 3,63 | 3,18 | 38,26 |
| Обед | закуска | | Огурец свежий | 60 | | 15,25 | 0,65 | 0,12 | 3,06 |
| | 1 блюдо | 19/2 | Суп картофельный с рыбой | 200 | | 110,89 | 3,35 | 4,00 | 15,80 |
| | 2 блюдо | | Гуляш из кур | 90 | | 160,49 | 9,87 | 13,06 | 0,83 |
| | гарнир | 46/3 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 183,94 | 5,30 | 2,98 | 34,11 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 20 | | 44,78 | 1,32 | 0,13 | 9,38 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 33 | | 62,84 | 2,15 | 0,39 | 13,55 |
| | | | Напиток лимонный | 200 | | 88,47 | 0,14 | 0,01 | 22,52 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | фрукты | | Яблоко | 150 | | 73,02 | 0,60 | 0,60 | 17,40 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Зайцев Роман Сергеевич

Подписано цифровой подписью: Зайцев Роман Сергеевич
Дата: 2023.10.27 15:31:14 +03'00'