

Школа

1-4 класс

Отд./корп

День

03.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет натуральный с маслом	155		317,10	16,53	26,58	2,93
	закуска		Овощи по сезону	60		8,93	0,36	0,03	1,8
			Бутерброд с маслом	60		246,4	3,2	16,8	20,8
	сладкое		Печенье	50		222,2	3,8	6,0	38,2
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		61,42	0,20	0,05	15,04
Обед	закуска		Салат из свежих капусты	60		43,00	0,50	3,60	1,70
	1 блюдо		Суп вермишелевый с курицей	200		98,00	3,00	4,10	11,70
	2 блюдо		Гуляш ( свинина)	90		300,16	11,43	25,78	5,61
	гарнир		Каша гречневая	150		174,89	6,01	4,69	27,16
	хлеб чер.		Хлеб ржаной	40		64,00	2,65		13,40
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		131,00	3,75	1,45	25,70
	напиток		Кисель плодово-ягодный	200		115,1	0,02		28,7