

Школа

МБОУ «Заречномедлинская СОШ»

Отд./корп

День

30.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	84	рыба тушеная с овощами	90	33	273	24,8	16,6	6,1
	гарнир	106	каша пшенная	180	13,6	211,52	5,7	6,48	32,6
	напиток	251	компот из яблок	200	4,2	97,6	0,16	0,16	23,88
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	40	3	84,76	2,64	0,44	17,56
			соус томатный	40	5				
					58,80				