

Школа

МБОУ «Заречномедлинская СОШ»

Отд./корп

День

07.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	129	каша овсяная «Геркулес»	200	16,8	217,6	6,2	9,6	26,6
	гор.напиток	261	чай с сахаром	200	1,95	56,8	0,2	0	14
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,56	94	3,04	0,36	19,88
			сыр порционнно	20	15,50	72	4,64	5,62	0
Завтрак 2	фрукты		фрукт свежий (яблоко)	100	14,39	44	0,4	0,4	9,8
Обед	закуска	37	салат из свеклы с сыром и чесноком	100	19,36	119	5,1	7,8	7,1
	1 блюдо	46	суп картофельный с макаронными изделиями	250	18,28	118,1	2,9	2,5	21
	2 блюдо		котлета куринная	100	39,9	173	8,1	12,1	7,8
	гарнир	106	капуста тушенная	200	14,15	211,52	5,7	6,48	32,6
	напиток	146	чай с лимоном	200	3,35	65	0,3	0	15,2
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	60	3,3	84,76	2,64	0,44	17,56
						149,54			