

Школа

МБОУ «Заречномедлинская СОШ»

Отд./корп

День

10.03.2025

| 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     | 60     | уха со взбитым яйцом     | 250      | 21,5  | 136,4        | 13,5  | 3,6  | 12,5     |
|            | 2 блюдо     | 120    | колбаска витаминка       | 90       | 27,5  | 236          | 17,2  | 17,4 | 3,27     |
|            | гарнир      | 82     | каша перловая            | 180      | 11    | 185          | 4,4   | 4,6  | 31,5     |
|            | напиток     |        | сок фруктовый (яблочный) | 200      | 13    | 86,6         | 1     | 0,2  | 20,2     |
|            | хлеб бел.   |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  |        | хлеб ржано-пшеничный     | 40       | 3     | 45,5         | 0,4   | 0,3  | 10,3     |
|            |             | 141    | соус томатный            | 40       | 5     | 53,76        | 1,04  | 3,84 | 3,76     |
|            |             |        |                          |          | 81,00 |              |       |      |          |