

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	127	каша пшенная молочная	200	18,23	244,4	7	9,2	33,4
	гор.напиток	146	чай с лимоном	200	3,9	62	0,3	0	15,2
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,56	94	3,04	0,36	19,88
			сыр порционно	20	15,50	72	4,64	5,62	0
Завтрак 2	фрукты		фрукт свежий (груша)	100	15,05	45,5	0,4	0,3	10,3
Обед	закуска	15	салат «Тазалык»	100	12,3	129,83	1,08	9,99	8,9
	1 блюдо	60	уха со взбитым яйцом	25	20,35	136,4	13,5	3,6	12,5
	2 блюдо	120	колбаска витаминка	100	34,25	236	17,2	17,4	3,27
	гарнир	82	каша перловая	200	11,1	185	4,4	4,6	31,5
	сладкое		сок фруктовый (яблочный)	200	13	86,6	1	0,2	20,2
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	60	3,3	45,5	0,4	0,3	10,3
						149,54			