

Школа

МБОУ «Заречномедлинская СОШ»

Отд./корп

День

11.03.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 130 | каша рисовая молочная | 200 | 19,98 | 288,6 | 4,8 | 7 | 51,6 |
| | гор.напиток | 148 | кофейный напиток с молоком | 200 | 7,03 | 125,6 | 2,7 | 2,8 | 22,4 |
| | хлеб | | хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 90,4 | 3,04 | 0,36 | 19,8 |
| | | 5 | масло сливочное порционно | 20 | 22,29 | 132,18 | 0,16 | 14,5 | 0,26 |
| Завтрак 2 | фрукты | | фрукт свежий (апельсин) | 100 | 5,99 | 43,5 | 0,9 | 0,2 | 9,5 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | огурцы свежие порционно | 100 | 7,5 | 11,3 | 0,7 | 0,1 | 1,9 |
| | 1 блюдо | 39 | борщ с капустой и картофелем | 250 | 21,69 | 131,6 | 2,8 | 7,2 | 13,9 |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | 200 | плов из птицы | 250 | 51,77 | 481,25 | 25,5 | 23,25 | 42,5 |
| | напиток | 150 | кисель из повидла, джема, варенья | 200 | 7,43 | 153,6 | 0 | 0 | 38,4 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | хлеб ржано-пшеничный | 60 | 3,3 | 84,76 | 2,64 | 0,44 | 17,56 |
| | | | | | | 149,54 | | | |