

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

9/12/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная пшеничная	100\150		293	13	13	34
	гор.напиток	48	Компот из изюма + С витамин	200		122	0	0	30
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		109	3	0	20
		Акт	Салат Степной	60		60	1	4	6
			Итого на завтрак	550		585	17	17	88
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	75	Икра морковная	60		69	1	5	6
	1 блюдо	108\109	Суп картофельный с клецками и зеленью	200		104	3	4	15
	2 блюдо	229	Рыба тушеная с овощами	100		105	10	5	4
	гарнир	312	Пюре картофельное с м\ сливочным	150		137	8	6	39
	сладкое	Акт	Компот из св. морожен. Ягод + С витамин	200		32	1	0	8
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	50		177	4	0	24
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40		110	3	2	20
			Итого за обед	800		735	25	21	97
			Итого за день	1350		1320	42	37	185