

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/2/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная геркулесовая с маслом слив.	200\5		247	8	8	35
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		119	4	4	18
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		109	3	0	20
		209	Яйцо вареное	60		95	8	7	0
			Итого на завтрак	505		569	23	20	73
Завтрак 2	фрукты	388	Напиток из плодов шиповника + С витамин	200		88	1	0	21
Обед	закуска	Акт	Салат Степной	60		60	1	4	6
	1 блюдо	355	Саянка по домашнему	10\200\5		111	4	8	7
	2 блюдо	278	Тефтели тушеные в соусе	100		196	6	14	11
	гарнир	199	Пюре из бобовых с м\растительным	150		243	13	5	33
	сладкое	48	Компот из изюма + С витамин	200		122	0	0	30
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		66	2	1	15
			Итого за обед	796		879	29	34	113
		Итого за день	1501		1536	52	53	206	