

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/3/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	243\202	Сосиски отв. С том . Соус. Макароны отв.	100\150		317	12	17	30
	гор.напиток	383	Кисель + С витамин	200		119	0	0	31
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		109	3	0	20
		54	Салат из свеклы с яблоками	60		63	0	4	7
			Итого на завтрак	540		580	15	21	83
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	62	Салат из моркови с сахаром	60		49	1	0	7
	1 блюдо	103	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	200\1		95	2	2	14
	2 блюдо	270	Котлеты " Московские"	100		167	16	12	9
	гарнир	302\171	Каша гречневая рассыпчатая	150		244	9	6	39
	сладкое	АКТ	Компот из свежеморож. Ягод + С витамин	200		32	1	0	8
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		66	2	1	13
			Итого за обед	771		734	33	22	103
			Итого за день	1311		1314	48	42	186