

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/7/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268\171	Катлеты из мяса с соусом.Каша перловая	100\150		366	11	18	30
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	204		97	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
		ПР	Печенье	60		260	5	7	45
			Итого на завтрак	544		804	18	28	115
Завтрак 2	фрукты	АКТ	Компот из свежемороженых ягод + С вит	200		32	1	0	8
Обед	закуска	45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60		36	1	2	4
	1 блюдо	388\625	Уха рыбацкая	15\200\1		307	5	31	10
	2 блюдо	243\759	Сосиски отварные с томатным соусом	100		149	6	12	4
	гарнир	202\309	Макаронные изделия отварные	150		168	6	5	26
	сладкое	342	Компот из св. яблок+ С витамин	200		115	0	0	28
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		67	2	1	13
			Итого за обед	786		924	23	51	99
		Итого за день	1530		1760	41	77	222	