

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/22/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	200		306	17	11	36
	гор.напиток	383	Кисель + С витамин	200		119	0	0	31
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		108	3	0	20
		63	Салат из моркови (припущ) и кураги	60		38	0	0	9
			Итого на завтрак	500		571	21	11	95
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ПР	зеленый горошек, кукуруза порционно	60		23	1	1	4
	1 блюдо	113	Суп лапша домашняя с ципленком и зелень	10\200\1		150	6	7	15
	2 блюдо	268\759	Шницель из мяса с соусом	100		196	7	14	11
	гарнир	302\171	Каша гречневая рассыпчатая	150		244	8	6	39
	сладкое	348	Компот из кураги	200		115	1	0	28
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		110	2	1	13
			Итого за обед	781		875	28	29	123
			Итого за день	1281		1447	49	40	218