

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

11/19/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	200		289	15	15	25
	гор.напиток	383	Кисель + С витамин	200		119	0	0	31
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		118	3	0	20
		Акт	Салат Степной	60		60	1	4	6
			Итого на завтрак	500		585	19	19	95
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	75	Икра морковная	60		69	1	5	6
	1 блюдо	82	Борщ из св. капусты с картоф. Смет и зелень	200\5\1		91	2	5	9
	2 блюдо	229	Рыба, тушеная с овощами	100		105	10	8	13
	гарнир	312	Пюре картофельное масло сливочное	150		137	3	5	20
	сладкое	Акт	Компот из свежемороженых ягод	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	806		722	24	24	100
		Итого за день	1306		1308	43	43	181	