

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

12/3/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268\202	Катлеты из мяса с соусом,макароны отв.	100\150		257	12	13	26
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	204		97	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
		ПР	Печенье	60		110	5	7	45
			Итого на завтрак	544		545	19	20	84
Завтрак 2	фрукты	Акт	Компот из свежемороженных ягод + С витамин	200		32	1	0	8
Обед	закуска	45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60		32	1	2	4
	1 блюдо	388\625	Уха рыбацкая	15\200\1		190	5	31	10
	2 блюдо	243\759	Сосиски отварные с томатным соусом	100		149	6	12	4
	гарнир	199	Пюре из бобовых с мас.растит.	150		185	11	6	33
	сладкое	342	Компот из св. Яблок	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		818	27	28	107
		Итого за день	1530		1395	47	48	199	