

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

12/9/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268\302	Катлеты из мяса с соус.Каша гречневая рас.	100\150		300	15	14	49
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200\3,5		97	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
		2	Бутерброд с повидлом	60		110	1	5	5
			Итого на завтрак	544		587	19	19	84
Завтрак 2	фрукты		Компот из свежемороженых ягод + С вит	200		32	1	0	8
Обед	закуска	ПР	Икра кабачковая	60		80	2	5	9
	1 блюдо	88	Щи из св. капусты с картоф.сметаной и зелен	200\5\1		80	2	5	7
	2 блюдо	291	Плов из птицы	200		289	17	10	36
	гарнир								
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов + С витамин	200		133	1	0	32
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		67	2	1	13
			Итого за обед	726		729	26	21	111
		Итого за день	1470		1349	44	48	192	