

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

1/28/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молоч.геркулесовая с маслом сливоч.	200\5		200	6	6	30
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		119	4	4	18
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		109	3	0	20
		209	Яйцо вореное	60		88	4	7	0
			Итого на завтрак	505		526	17	17	68
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	Акт	Салат Степной	60		60	1	4	6
	1 блюдо	355	Саянка по домашнему	10\10\200		112	4	8	7
	2 блюдо	278	Тефтели тушеные в соусе	100		196	6	14	11
	гарнир	199	Пюре из бобовых с м\растительным	150		184	13	5	33
	сладкое	48	Компот из изюма + С витамин	200		122	0	0	30
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		66	2	1	15
			Итого за обед	791		822	29	34	113
			Итого за день	1496		1436	44	45	197