

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/6/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	289	Рагу овощное из птицы	200		223	13	11	18
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		70	2	0	15
		52	Салат из свеклы отварной	60		56	0	4	5
			Итого на завтрак	505		509	18	15	63
Завтрак 2	фрукты	389	Сок фруктовый	200		85	1	0	20
Обед	закуска	45	Салат из белок капусты с зелен.маслом рас.	60		51	1	2	4
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми и зеленью	200\1		127	5	5	13
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная с овощами	100		105	10	5	4
	гарнир	312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150		137	3	5	20
	сладкое	48\Акт	Компот из изюма + С витамин	200		122	0	0	30
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45		170	4	0	24
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано пшеничный	50		146	4	2	24
			Итого за обед	806		859	27	19	120
			Итого за день	1511		1453	45	33	203