

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

10/19/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	188	Запеканка рисовая с молоком сгущенным	180\30		354	10	8	59
	гор.напиток	883\Акт	Кисель + С витамин	200		119	0	0	31
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
		ПР	Печенье	60		260	5	7	45
			Итого на завтрак	500		814	17	15	814
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	10	Салат из зеленого горошка консервированного	60		55	12	3	5
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский со сметаной зел.	200\5\1		94	2	5	10
	2 блюдо	229	Рыба тушеная с овощами	100		105	10	5	4
	гарнир	312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150		137	3	5	20
	сладкое	Акт	Напиток фруктовый	200		128	0	0	30
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45		170	4	0	25
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	50		146	4	2	24
			Итого за обед	811		836	24	20	119
		Итого за день	1311		1650	42	35	268	