

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

12/12/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	200		305	17	10	36
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200\3,5		97	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		101	3	0	20
		62	Салат из моркови припущ. С сахаром	60		49	1	0	7
			Итого на завтрак	504		552	21	11	77
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	200		47	0	0	10
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	60		75	0	6	4
	1 блюдо	103	Суп картофельный с вермишелью и зелен.	200\1		95	2	2	14
	2 блюдо	268\759	Шницель из мяса с соусом	100		196	7	14	11
	гарнир	302\171	Каша гречневая рассыпчатая	150		244	9	6	39
	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		67	3	1	13
			Итого за обед	771		872	24	30	123
			Итого за день	1375		1471	45	41	209