

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

1/11/2024

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
		338	Яблоко	100		47	0	0	10
			Итого на завтрак	540		601	13	815	115
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	58	Салат из редьки и моркови	60		45	1	3	3
	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	Компот из св мороженных ягод + С витамин	200		32	0	0	8
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	50		177	4	0	24
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40		110	3	2	20
			Итого за обед	806		700	23	19	89
			Итого за день	1346		1301	37	28	204