

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

1/26/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	297\202	Фрикадельки из птицы с т\с.Макароны	100\150		294	13	13	34
	гор.напиток	376	Чай сахаром	200		93	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
		45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60		36	1	2	3
			Итого на завтрак	540		504	16	15	67
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54	Салат из свеклы с яблоками	60		62	1	4	7
	1 блюдо	113	Суп лапша домашняя с ципленком ,зеленью	10\200\1		150	6	7	15
	2 блюдо	272\330	Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом	250		497	15	30	40
	гарнир								
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов+С витамин	200		132	1	0	32
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		67	2	1	13
			Итого за обед	781		989	27	42	121
			Итого за день	1321		1493	43	57	188