

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

1/30/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	233\312	Рыба запеченная под мол. Соус.Пюре карт.	100\150		264	10	12	30
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		93	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	50		177	4	0	24
		45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60		36	1	2	4
			Итого на завтрак	560		570	15	14	73
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	Акт	Салат Степной	60		60	1	4	6
	1 блюдо	355	Солянка по домашнему	10\200\5		111	4	8	7
	2 блюдо	270	Котлеты Московские	100		167	15	12	9
	гарнир	202\309	Макаронные изделия отварные	150		168	6	5	26
	сладкое	342	Компот из свежих яблок +С витамин	200		115	0	0	28
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			Итого за обед	771		736	29	23	106
			Итого за день	1356		1339	46	43	176