

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

3/1/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	289	Рагу овощное из птицы	200		223	13	10	18
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200		93	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	45		170	4	0	25
		ПР	Икра кабачковая	60		80	2	2	9
			Итого на завтрак	505		567	19	15	66
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	57	Салат из редьки	60		47	1	4	4
	1 блюдо	82	Борщ из св. капусты с картоф смет. Зеленью	200\5\1		91	2	5	9
	2 блюдо	268\759	Шницель из мяса с соусом	100		196	7	14	11
	гарнир	302\171	Каша гречневая рассыпчатая	150		244	8	6	39
	сладкое	348	Компот из кураги + 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	776		840	24	30	117
			Итого за день	1281		1407	42	45	183