

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

3/6/2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 173    | Каша вязкая молочная пшенная        | 200\5    |      | 297          | 8     | 11   | 42       |
|            | гор.напиток | 379    | Кофейный напиток с молоком          | 200      |      | 100          | 3     | 3    | 16       |
|            | хлеб        | 379    | Хлеб пшеничный                      | 40       |      | 101          | 3     | 0    | 20       |
|            |             | 3      | Бутерброд с маслом сыром            | 60       |      | 158          | 7     | 5    | 20       |
|            |             |        | Итого на завтрак                    | 505      |      | 657          | 22    | 19   | 97       |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                     |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                     |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                     |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 57     | Салат из редьки                     | 60       |      | 47           | 1     | 4    | 4        |
|            | 1 блюдо     | 99     | Суп из овощей со сметаной и зеленью | 200\5\1  |      | 84           | 1     | 5    | 7        |
|            | 2 блюдо     | 259    | Жаркое из птицы                     | 200      |      | 306          | 14    | 17   | 20       |
|            | гарнир      |        |                                     |          |      |              |       |      |          |
|            | сладкое     | 348    | Компот из кураги + С витамин        | 200      |      | 115          | 1     | 0    | 28       |
|            | хлеб бел.   | ПР     | Хлеб пшеничный                      | 40       |      | 101          | 3     | 0    | 20       |
|            | хлеб черн.  | ПР     | Хлеб ржаной                         | 40       |      | 110          | 3     | 1    | 20       |
|            |             |        | Итого за обед                       | 746      |      | 763          | 24    | 27   | 98       |
|            |             |        | Итого за день                       | 1251     |      | 1418         | 46    | 46   | 196      |