

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

3/18/2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 268\171 | Катлеты из мяса с соусом, каша перловая | 100\150 | | 366 | 11 | 17 | 40 |
| | гор.напиток | 48\Акт | Компот из изюма + С витамин | 200 | | 122 | 0 | 0 | 30 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный | 30 | | 81 | 2 | 0 | 15 |
| | | ПР | Печенье | 60 | | 260 | 5 | 7 | 45 |
| | | | Итого на завтрак | 540 | | 829 | 18 | 25 | 130 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 47\Акт | Салат из квашеной капусты | 60 | | 47 | 1 | 3 | 5 |
| | 1 блюдо | 388 | Уха рыбацкая | 15\200\1 | | 308 | 5 | 31 | 9 |
| | 2 блюдо | 243\759 | Сосиски отварные с томатным соусом | 100 | | 149 | 6 | 12 | 4 |
| | 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 | 786 | | 924 | 22 | 51 | 99 |
| | | | Итого за день | 1326 | | 1764 | 41 | 77 | 229 |