

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

4/10/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная геркулесовая с мас. Сл.	200\5		247	8	8	35
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		119	4	2	18
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		100	3	0	20
		209	Яйцо вареное	60		95	8	7	0
			Итого на завтрак	505		561	23	19	73
Завтрак 2	фрукты	АКТ	Компот из свежемороженых ягод +С вит	200		32	0	0	8
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	60		75	1	6	4
	1 блюдо	103	Суп картофельный с вермиш. И зеленью	200\1		95	2	2	14
	2 блюдо	278	Тефтели тушеные в соусе	100		196	6	14	11
	гарнир	1\198	Пюре из бобовых с маслом растительным	150		243	13	6	33
	сладкое	АКТ	Компот из изюма+С витамин	200		122	0	0	30
	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		886	27	30	122
			Итого за день	1276		1439	50	50	192