

Школа

ГБОУ СОШ с. Домашка

Отд./корп

День

5/23/2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                     | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 268\202 | Биточки из мяса с соусом,макароны отварн. | 100\150  |      | 362          | 12    | 18   | 39       |
|            | гор.напиток | 377     | Чай с лимоном                             | 200\3,5  |      | 97           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб        | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 30       |      | 70           | 2     | 0    | 15       |
|            |             | 52      | Салат из свеклы отварной                  | 60       |      | 56           | 0     | 4    | 5        |
|            |             |         | Итого на завтрак                          | 544      |      | 596          | 16    | 22   | 74       |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | ПР      | Печенье                                   | 60       |      | 260          | 5     | 7    | 45       |
|            | 1 блюдо     | 116\Акт | Суп -харчо с мясом и зеленью              | 15\200\1 |      | 115          | 4     | 6    | 12       |
|            | 2 блюдо     | 301     | Кнели куриные с соусом                    | 100      |      | 135          | 9     | 12   | 7        |
|            | гарнир      | 312     | Пюре картофельное с м\сливочным           | 150      |      | 137          | 3     | 5    | 20       |
|            | сладкое     | АКТ     | Компот из свежемороженных ягод +С витам.  | 200      |      | 32           | 0     | 0    | 8        |
|            | хлеб бел.   | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 40       |      | 101          | 3     | 0    | 20       |
|            | хлеб черн.  | ПР      | Хлеб ржано пшеничный                      | 40       |      | 110          | 3     | 2    | 20       |
|            |             |         | Итого за обед                             | 806      |      | 889          | 27    | 32   | 131      |
|            |             |         | Итого за день                             | 1350     |      | 1486         | 43    | 55   | 204      |