

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

23день

21.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340	омлет натуральный	170	34,14	295	19	23	12
	гор.напиток	699	напиток лимонный	200	4,52	101			24
	закуска		помидоры порциоонные	60	4,80	14			2
	сок		сок	200	18,00	98			24
	хлеб	901	хлеб пшеничный	30	2,43	78	2	1	15
	фрукты	401	апельсин	159	26,24	46	1		9
				итого	92,00	632	22	24	86
Обед	закуска								
	1 блюдо	124	щи из св капусты с карт. И куриной грудкой	250\25	18,09	160	16	10	8
	2 блюдо	498	котлета куриная	100	34,27	305	16	21	14
	гарнир	516	макароны отварные	180	6,82	239	7	4	43
	гор.напиток	638	компот из изюма	200	3,37	88			21
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	52	2,45	94	3		18
				итого	65,00	886	42	35	104