

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

16день

27.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	534	капуста тушеная с филе грудки	230	31,92	297	49	18	17
	сок	389	сок	200	9,00	92	1		52
	фрукты	401	яблоко	163	14,98	67	1	1	14
	закуска		бутерброд с сыром	60	13,78	217	3	12	23
	фрукты	401	банан	203	22,32	116	2	1	25
				итого	92,00	789	56	32	131
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов и помидор	100	10,92	67	1	5	3
	1 блюдо	124	щи из капусты, картофеля и куриной грудкой	250\30	18,57	181	17	12	8
	2 блюдо	392	зразы рыбные	100	20,16	176	12	9	12
	гарнир	520	пюре картофельное	180	9,44	169	4	5	26
	сладкое	685	чай	200	1,52	60			15
	хлеб бел.	901	хлеб пшеничный	31	2,51	81	2	1	15
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	40	1,88	72	2	1	14
					итого	65,00	806	39	32