

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

2 День

10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498	Котлета куриная	70	23,77	193	11	13	9
	гор.блюдо	340	Омлет натуральный	170	34,81	301	19	24	12
	напиток	389	Сок	200	9,00	92			52
	хлеб	901	Хлеб пшеничный	54	4,37	72	3	1	14
	Сладкое		Гематоген	40	14,00	100	3	1	21
			Конфета	18	6,16	58	1	1	10
			Итого		92,11	816	37	40	118
	фрукты								
Обед	закуска		Помидор свежий порционный	60	4,82	14	7	0.1	2
	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой	250/20	14,62	161	10	10	11
	2 блюдо	386/597	Рыба запеченная под молочным соусом	80/50	31,08	153	17	7	6
	гарнир	520	Картофельное пюре	200	9,44	169	4	5	27
	сладкое	639	Компот из сухофруктов		3,63	116	0.4	0.1	28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	902	Хлеб ржаной	30	1,41	0.05	2	0.4	10
			Итого		65,00	613	40	23	84