

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

5-9 класс

8 день

18.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	394	тефтели рыбные с соусом сметанным	110	18,75	168	11	9	11
	гарнир	520	пюре картофельное	180	9,43	169	4	5	26
	гор.напиток	693	какао с молоком	200	8,59	126	3	5	20
	закуска								
	хлеб	901	хлеб пшеничный	30	2,43	79	2	1	15
	фрукты	401	яблоко	172	15,80	71			14
				итого	55,00	613	20	20	86
Обед	закуска	19	салат из свежих помидоров	80	6,95	17	1		3
	1 блюдо	111	борщ сибирский	250	5,75	87	5	4	10
	2 блюдо	437	гуляш из говядины	100	39,43	229	15	18	2
	гарнир	508	каша гречневая	180	9,16	273	10	7	9
	сладкое	685	чай с сахаром	200	1,53	60			15
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	46	2,18	83	3	1	15
				итого	65,00	751	34	30	55