

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

1-4кл

14день

0712.23

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 390 | котлета рыбная любительская | 90 | 19,15 | 142 | 13 | 6 | 10 |
| | гарнир | 520 | пюре картофельное | 180 | 9,81 | 169 | 4 | 5 | 26 |
| | гор.напиток | 645 | кисель из сока | 200 | 6,03 | 155 | | | 47 |
| | хлеб | 902 | хлеб ржаной | 45 | 2,20 | 81 | 3 | 1 | 15 |
| | сладкое | | ломтишка | 30 | 18,00 | 133 | 1 | 5 | 9 |
| | сладкое | | печенье | 50 | 12,00 | 208 | 4 | 5 | 37 |
| | | | | | | | | | |
| | фрукты | 401 | апельсин | 205 | 34,81 | 59 | 1 | | 11 |
| | | | | итого | 102,00 | 947 | 26 | 22 | 155 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 139 | суп гороховый с мясом и гренками | 262 | 14,75 | 229 | 11 | 10 | 24 |
| | 2 блюдо | 371 | СОЛЯНКА ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИНОЙ ГРУДКОЙ | 250 | 42,41 | 268 | 34 | 18 | 10 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | ГОР.НАПИТ. | 685 | ЧАЙ | 200 | 1,48 | 60 | | | 15 |
| | хлеб бел. | 901 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 28 | 2,30 | 73 | 2 | 1 | 14 |
| | хлеб черн. | 902 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 1,96 | 72 | 3 | 1 | 14 |
| | | | | | итого | 65,00 | 758 | 50 | 30 |