

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

1-4кл

23день

21.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340	омлет	170	36,68	295	18	23	12
	закуска		помидоры свежие порционные	60	7,93	14			2
	напиток	699	напиток пимонный	200	4,45	101			24
	хлеб	901	хлеб пшеничный	30	2,46	79	2	1	15
	сладкое		вафля	30	12,60	106	1	1	24
	напиток		сок	200	18,00	98			24
	выпечка								
	фрукты	401	мандарин	109	18,48	37	1		7
				итого	102,00	730	22	25	108
Обед	закуска			24день					
	1 блюдо	110	борщ с капустой и картофелем	250	2,76	102	5	5	12
	2 блюдо	423	бефстрогонов с филе грудки	110	43,18	317	15	26	4
	гарнир	511	рис отварной	180	10,20	256	5	5	48
	сладкое	639	компот из с\фруктов	200	3,58	116			28
	хлеб бел.	901	хлеб пшеничный	42	3,46	110	3	1	22
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	37	1,82	67	2		13
					итого	65,00	968	30	37