

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп 5-9

6 день

15.02.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 266    | Каша пшеничная молочная | 205      | 16,37 | 223          | 8     | 10   | 26       |
|            |             |        | бутерброд с сыром       | 45       | 12,62 | 175          | 5     | 4    | 23       |
|            | гор.напиток | 686    | чай с лимоном           | 208      | 2,76  | 63           |       |      | 15       |
|            |             |        |                         |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        | 766                     | сдоба    | 100   | 9,49         | 335   | 9    | 14       |
|            |             |        |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | фрукты      | 401    | яблоко                  | 122      | 12,55 | 51           | 1     | 1    | 12       |
|            |             |        |                         |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        | итого                   | 680      | 55,00 | 847          | 23    | 29   | 137      |
| Обед       | закуска     |        |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 109    | свекольник со сметаной  | 260      | 9,41  | 92           | 4     | 5    | 9        |
|            | 2 блюдо     | 478    | запеканка картофельная  | 230      | 50,18 | 396          | 19    | 22   | 30       |
|            | напиток     | 639    | компот из с\фруктов     | 200      | 3,58  | 116          |       |      | 28       |
|            | сладкое     |        |                         |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 902    | хлеб ржаной             | 37       | 1,83  | 67           | 2     |      | 13       |
|            |             |        |                         |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                         | итого    | 727   | 65,00        | 671   | 25   | 27       |