

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп 5-11 кл

16день

01.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	534	капуста тушенаяя филе грудки	230	37,83	297	49	18	17
	напиток	389	сок	200	9,00	92			52
	хлеб	901	хлеб пшеничный	40	3,36	104	3	1	21
	сладкое		печенье весовое	28	4,34	96	2	2	17
	сладкое выпечка								
	фрукты	401							
			итого	498	55,00	589	54	21	107
Обед	закуска		огурец порционный	75	16,93	10	0	0	3
	1 блюдо	124	щи с капустой,картофелем и куриной грудкой	265	13,21	181	17	12	8
	2 блюдо	392	зразы рыбные	100	20,96	176	11	8	12
	гарнир	520	картофельное пюре	180	10,39	169	4	5	26
	напиток	685	чай	200	1,52	60			15
	хлеб бел.	901	хлеб пшеничный	41	4,81	81	2	1	16
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	40	1,96	72	3	1	14
				итого	840	65,00	668	35	26