

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп

1-4кл

21 день

11.03.24г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	498	котлета куриная	80	26,53	217	12	14	10
	гор.блюдо	534	капуста тушеная	150	10,51	121	31	5	14
	напиток	685	чай с сахаром	200	1,48	60			15
	хлеб	902	хлеб ржаной	35	1,73	63	2		12
	сладкое		ломтишка	30	18,00	133	1	5	20
	выпечка								
	фрукты	401	яблоко	172	17,75	71	1	1	15
			итого	667	76,00	665	47	25	86
Обед	закуска								
	1 блюдо	135	суп овощной	250	5,10	92	5	4	11
	2 блюдо	439	печень тушеная в соусе сметанном	100	40,94	190	19	8	10
	гарнир	520	пюре картофельное	180	10,39	169	4	5	26
	напиток	685	чай с сахаром	200	1,83	60			15
	хлеб бел.	901	хлеб пшеничный	49	4,89	123	3	1	24
	хлеб черн.	902	хлеб ржаной	45	2,21	81	3	1	15
				итого	824	65,00	715	34	19