

Школа

МБОУ Григорьевская СОШ

Отд./корп 5-11

2 день 19.03.24г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.блюдо | 340 | омлет натуральный | 160 | 50,53 | 287 | 18 | 23 | 12 |
| | гор.напиток | | чай с сахаром | 200 | 1,48 | 60 | | | 15 |
| | хлеб | 901 | хлеб пшеничный | 36 | 2,94 | 65 | 2 | | 12 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | выпечка | | | | | | | | |
| | фрукты | 401 | | | | | | | |
| | | | итого | 396 | 55,00 | 412 | 20 | 23 | 39 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 110 | борщ с капустой и картофелем и куриной грудкой | 270 | 15,80 | 161 | 10 | 10 | 11 |
| | 2 блюдо | 386/597 | рыба запеченая под молочным соусом | 110 | 33,93 | 153 | 16 | 7 | 6 |
| | гарнир | 520 | картофельное пюре | 180 | 10,39 | 169 | 4 | 5 | 26 |
| | напиток | 639 | компот из сухофруктов | 200 | 3,58 | 116 | | | 28 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 902 | хлеб ржаной | 27 | 1,30 | 49 | 2 | | 9 |
| | | | | итого | 787 | 65,00 | 648 | 32 | 22 |