

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

02.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204	омлет натуральный	200	36,17	316,552	16,373	13,6	60,145
	гор.напиток	131	зеленый горошек отварной консервированный	60	22,50	25,8	1,8	0,888	0,4
		376	чай	200	27,00	60,000	0,070	1,28	15,000
		3	бутерброд с сыром	50	40,00	140,000	5,800	14,98	14,830
		338	фрукт	100	32,00	47,000	0,400	0,307	9,800
			итого	610	157,67	589	24	31	100
Обед	закуска	70	Овощи свежие (или соленые) в нарезке	60	21,00	66	1,32	0,24	14,52
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	200	78,00	200,98	10,56	10,35	16,41
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	90	82,62	322	21,31	19,4	22,2
	гарнир	203	Мкаронные изделия отворные	150	16,17	231,28	8,88	4,09	39,74
	сладкое	383	Какао с молоком сгущенным	180	22,78	153,4	0,32	0	38,04
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	4,50	46,76	1,58	0,2	9,66
			итого	725	225,07	1020	44	34	141

директор

Т.О. Густяк