

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

05.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	238	запеканка творожно-морковная со сметанным соусом	215	45,00	468	23,32	20,58	47,56
	гор.напиток	382	какао с молоком	200	12,00	218,98	5,72	5,76	38,42
	хлеб	1	хлеб с маслом сливочным	40	15,00	0,034	2,36	7,49	14,89
Завтрак 2	фрукты		груши св	75	23,00	3413	0,3	0,23	7,73
			<b>итого</b>	<b>530</b>		<b>4100</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>109</b>
Обед	закуска	71	Помидор свежий (или соленый) в нарезке	60	27,00	15,6	0,72	0,12	2,76
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	250	53,00	181	8,4	9,3	11,8
	2 блюдо	265	Плов ( мясо говяд или птицы)	200	85,00	589,26	23,09	51,56	17,31
	гарнир	342	Компот из свежих яблок	200	8,00	116,2	0,16	0	29
	сладкое	ПР	Хлеб пшеничный	20	2,00	46,76	1,58	0,2	9,66
	хлеб бел.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	29,64	30	3,36	0,66
	хлеб черн.								
			<b>итого</b>	<b>760</b>		<b>978</b>	<b>64</b>	<b>65</b>	<b>71</b>

директор МБОУ  
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко