

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

08.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	210	омлет натуральный	200	36,07	325,862	16,855	14,608	61,914	
	гор.напиток	131	зеленый горошек отварной консервированный	60	22,50	25,8	1,8		0,4	
		376	чай	200	3,90	60,000	0,070	0,020	15,000	
			3	бутерброд с сыром	50	18,60	140,000	5,800	8,300	14,830
			338	фрукт	100	45,00	47,000	0,400	0,400	9,800
				<b>итого</b>	<b>610</b>	<b>126,07</b>	<b>598,66</b>	<b>24,92</b>	<b>23,33</b>	<b>101,94</b>
Обед	закуска	70	Овощи свежие (или соленые) в нарезке	60	5,95	70,000	0,784	0,070	8,050	
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	200	79,99	89,184	0,720	1,816	8,822	
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	90	91,25	574,600	83,604	96,475	45,336	
	сладкое	203	Мкаронные изделия отворные	150	14,67	88,711	0,339	0,359	6,327	
	хлеб бел.	383	Какао с молоком сгущенным	180	50,65	303,336	5,560	3,943	68,381	
			ПР	Хлеб пшеничный	45	3,20	63,300	4,800	2,000	15,600
				<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>245,71</b>	<b>1189,131</b>	<b>95,807</b>	<b>104,66</b>	<b>152,516</b>

директор

Т.О. Густяк