

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

10.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185	запеканка рисовая	200	40,00	297,143	4,323	12,362	42,152
	гор.напиток	397	какао с молоком	200	12,00	118,889	4,078	3,544	17,578
	хлеб	1	хлеб с маслом сливочным	40	15,00	0,034	2,36	7,49	14,89
		330	сметанный соус	10		7,41	0,141	0,5	0,59
Завтрак 2	фрукты		груши св	75	26,00	3413	0,3	0,23	7,73
			итого	525		3836	11	24	83
Обед	закуска	18	Салат зеленый с огурцом с р/м	60	10,00	42,6	0,6	3,6	1,98
	1 блюдо	96	Рассольник по-ленинградски	250	50,00	117,9	2,2	5,2	15,58
	2 блюдо	232	Рыба, запеченная с картофелем по- русски	200	50,00	276	14,8	15,2	20
	сладкое	389	Сок фруктовый (овощной)	200	36,00	101,6	1	0	24,4
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30	2,00	46,76	1,58	0,2	9,66
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30	4,00	137,94	3,36	0,66	29,64
			итого	770		723	24	25	101

директор МБОУ
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко