

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

11.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша пшеничная молочная	200	30,00	117,182	2,455	4,918	16,809
	гор.напиток	392	чай	200	3,00	42,1	0,067	0,022	10,511
	хлеб	3	хлеб с маслом и сыром	40	30,00	157	0,58	9,13	16,313
Завтрак 2	фрукты		бананы св	75	20,00	70,88	1,13	0,38	16,75
			итого	515		387	4	14	60
Обед	закуска	71	Овощи свежие в нарезке	60	27,00	21,71	1,34	0	3,01
	1 блюдо	99	Суп овощной со сметаной	260	65,00	108,25	1,75	4,93	14,25
	2 блюдо	278	Тефтели мясные	80	140,00	178,12	21,32	9,93	0,87
	гарнир	305	Рис припущенный	150	20,00	214,35	3,6	4,76	39,3
	сладкое	342	Компот из свежих яблок	200	10,00	116,2	0,16	0	29
	хлеб бел.	ПП	Хлеб пшеничный	20	2,00	46,76	1,58	0,2	9,66
	хлеб черн.	ПП	Хлеб ржаной	30	4,00	137,94	3,36	0,66	29,64
			итого	800		823	33	20	126

директор МБОУ
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко