

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

11.01.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	каша гречневая молочная	200	48,00	127,855	3,364	5,255	17,882
	гор.напиток	392	чай с сахаром	200	5,00	42,1	0,067	0,022	10,511
	хлеб	3	бутерброд с сыром	50	32,00	157	0,58	9,13	16,313
		ПР	печенье	20	9,00	180,84	3,06	7,02	26,34
		338	яблоко	100	28,00	47,143	0,429	0,429	10,5
			итого	570		555	8	22	82
Обед	закуска	24	Салат зеленый со свежими помидорами	60	16,00	46,8	0,6	3,66	2,82
	1 блюдо	102	Суп гороховый	200	45,00	163,75	5,08	5,35	23,85
	2 блюдо	268	Биточки (мясо, птица)	90	69,00	284,8	10,88	20,32	14,56
	гарнир	309	Овощное рагу	150	35,00	181,5	2,1	12,3	15,75
	сладкое	342	Компот из свежих фруктов	180	10,00	116,6	0,16	0	29
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	2,00	46,76	1,58	0,2	9,66
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	29,64	30	3,36	0,66
				итого	730	181,00	870	50	45

директор

Е.Д. Литвиненко