

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

12.10.2021

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
			<b>итого</b>	<b>525</b>		<b>3836</b>	<b>11</b>	<b>24</b>	<b>83</b>
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
			<b>итого</b>	<b>770</b>		<b>723</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>101</b>

директор МБОУ  
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко