

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

13.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|--------------|-------------|---------------|-----------------|--------------|---------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 219 | сырники из творога со смет.соусом | 220 | | 243,6375 | 8,5882 | 8,4359 | 20,7091875 |
| | гор.напиток | 376 | чай | 200 | | 60,000 | 0,070 | 0,020 | 15,000 |
| | хлеб | 3 | бутерброд с сыром | 50 | | 140,000 | 5,800 | 8,300 | 14,830 |
| | | ПР | печенье | 40 | | 137,000 | 3,200 | 4,300 | 26,000 |
| | | 338 | фрукт | 100 | | 47,000 | 0,400 | 0,400 | 9,800 |
| | | | | | 0,00 | | | | |
| | | | итого | 610 | 0,00 | 627,64 | 18,06 | 21,46 | 86,34 |
| Обед | закуска | 70 | Овощи свежие (или соленые) в нарезке | 60 | | 112 | 0,3584 | 0,112 | 19,6 |
| | 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | | 69,319 | 1,9063 | 0,7868 | 7,61261258 |
| | гарнир | 139 | Капуста тушеная | 150 | | 107,03 | 1,1131 | 3,9387 | 19,147667 |
| | 2 блюдо | 260 | Гуляш из говядины | 90 | | 574,6 | 83,604 | 96,475 | 45,33594 |
| | сладкое | 380 | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 180 | | 215,46 | 2,0943 | 2,1417 | 22,5392706 |
| | хлеб бел. | ПР | Хлеб пшеничный | 45 | | 63,300 | 4,800 | 2,000 | 15,600 |
| | | | | итого | 725 | 0,00 | 1141,709 | 93,88 | 105,45 |

директор

Т.О. Густяк