

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

13.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша овсяная молочная	200	28,00	310,909	7,555	11,927	43,282
	гор.напиток	392	чай	200	3,00	42,1	0,067	0,022	10,511
	хлеб	3	хлеб с маслом и сыром	55	30,00	157	0,58	9,13	16,313
Завтрак 2	фрукты		яблоко свежее	150	56,00	47,143	0,429	0,429	10,5
			итого	605		557	9	22	81
Обед	закуска	49	Салат витаминный	60	28,00	60,6	1	3,7	6
	1 блюдо	82	Суп картофельный рисовой крупой	250	65,00	73,24	2,14	3,08	10,78
	2 блюдо	268	Котлеты (мясо или птица)	80	140,00	257,6	11,84	15,52	17,76
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные	150	15,00	201,4	10,17	7,49	28,43
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	10,00	196,38	1,16	0,3	47,26
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	2,00	46,76	1,58	0,2	9,66
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30	4,00	29,64	30	3,36	0,66
			итого	790		866	58	34	121

директор МБОУ
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко