

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

15.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша молочная дружба	200	30,00	272,727	5,527	10,164	39,509
	гор.напиток	377	чай с лимоном	207	3,00	114,66	9,02	1,28	15,42
	хлеб	1	хлеб с маслом сливочным	40	15,00	0,034	2,36	7,49	14,89
Завтрак 2	фрукты		бананы	75	20,00	70,68	1,13	0,38	10,5
			итого	522		458	18	19	80
Обед	закуска	59	Салат из моркови с яблоком с р/м	60	15,00	66	1,32	0,24	14,52
	1 блюдо	101	Суп рыбный	250	30,00	200,98	10,56	10,35	16,41
	2 блюдо	268	Котлета рубленая (мясо или птица) запеченная с соусом молочным	100	140,00	322	21,31	19,4	22,2
	гарнир	302	Гречка отварная рассыпчатая	150	20,00	231,28	8,88	4,09	39,74
	сладкое	357	Компот из плодов сухих (шиповник)	200	10,00	153,4	0,32	0	38,04
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	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
			итого	810		1158	47	35	170

директор МБОУ
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко