

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

18.01.2022

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	238	запеканка творожно-морковная со сметанным соусом	220	28,00	468	23,32	20,58	47,56
	гор.напиток	382	какао с молоком	200	3,00	218,98	5,72	5,76	38,42
	хлеб	1	бутерброд с маслом	40	30,00	0	0	0	0
		ПР	печенье ювелирное	40	18,00	180,84	3,06	7,02	26,34
			338	груша	100	31,00	4550,667	0,4	0,307
			итого	600		868	32	33	112
Обед	закуска	71	Помидор свежий (или соленый) в нарезке	60	28,00	60,6	1	3,7	6
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	200	65,00	73,24	2,14	3,08	10,78
	2 блюдо	265	Плов из мяса	200	140,00	257,6	11,84	15,52	17,76
	гарнир	342	Компот из свежих яблок	180	15,00	201,4	10,17	7,49	28,43
	сладкое	ПР	Хлеб пшеничный	20	10,00	196,38	1,16	0,3	47,26
	хлеб бел.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	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	720		866	58	34

директор

Е.Д. Литвиненко