

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

19.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	227	рыба припущенная	80	45,00	106,182	125,1	5,978	0,669
	гор.напиток		картофельное пюре	150	30,00	2610,03	3,51	25,065	5,685
	хлеб	377	чай с лимоном	207	3,00	114,66	9,02	1,28	15,42
		1	хлеб с маслом сливочным	40	15,00	0,034	2,36	7,49	14,89
Завтрак 2	фрукты		апельсины св	75	25,00	40,5	0,96	0,21	8,68
			<b>итого</b>	<b>552</b>		<b>2871</b>	<b>141</b>	<b>40</b>	<b>45</b>
Обед	закуска	24	Салат из свежих овощей с маслом раст.	60	36,00	70,55	0,56	3,69	2,87
	1 блюдо	115	Суп рисовый с картофелем	250	43,00	210,75	3	2,66	15,63
	2 блюдо	245	Бефстроганов	80	150,00	182,4	24,48	6,4	6,72
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные	150	20,00	201,4	10,17	7,49	28,43
	сладкое	357	Компот из плодов сухих (шиповник)	200	8,00	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 ржано-пшеничный	30	4,00	29,64	30	3,36	0,66
			<b>итого</b>	<b>790</b>		<b>895</b>	<b>70</b>	<b>24</b>	<b>102</b>

директор МБОУ  
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко