

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

03.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204	макаронные изделия с тертым сыром	220	340,000	14,889	14,500	36,520
	гор.напиток	376	чай	200	60,000	0,070	0,020	15,000
	хлеб	73	икра кабачковая	40	50,520	1,090	0,800	5,818
		ПР	печенье	40	137,000	3,200	4,300	26,000
			338	фрукт	100	47,000	0,400	0,400
			итого	600	635	20	20	93
Обед	закуска	59	Салат из моркови с яблоком с р/м	60	23,940	0,637	0,103	3,112
	1 блюдо	119	Суп с фасолью	200	189,400	5,722	15,454	7,492
	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	90	85,000	12,260	6,230	3,520
	гарнир	304	Рис отворной	150	209,700	3,501	4,025	6,834
		ПР	Кисель из концентрата плодово ягодного	180	223,000	0,000	0,000	81,200
		ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	1,58	2,000	15,600
			итого	725	794	24	28	118

директор

Т.О. Густяк