

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

10.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	391	Каша молочная Дружба	220	300	13,1	12,45	28,05
	гор.напиток	376	чай	200	60,000	0,070	0,020	15,000
	хлеб	1	бутерброд с маслом	40	36,000	2,360	5,490	4,890
		ПР	печенье	40	137,000	3,200	4,300	26,000
		338	фрукт	100	47,000	0,400	0,400	9,800
			итого	600	580,00	19,13	22,66	83,74
Обед	закуска	40	салат картофельный с морковью и зел. горошком	60	45,080	67,62	3,185	4,306
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	200	62,316	115,40	1,145	4,684
	2 блюдо	268	Котлета мясная	90	153,000	153	9,460	7,590
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	150	490,750	243,75	19,934	126,422
	сладкое	342	Компот из плодов консервированных	180	159,714	84,06	0,150	25,901
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	63,3	2,000	15,600
			итого	725	974,160	727,13	35,87	184,503

директор

Т.О. Густяк