

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

12.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша вязкая молочная из пшенной крупы	200	139	8,68	7,09	18,14
	гор.напиток	376	чай	200	60,000	0,070	0,020	15,000
	хлеб	8	бутерброд горячий	60	163	6,67	8,17	14,98
		ПР	печенье	40	137,000	3,200	4,300	26,000
		338	фрукт	100	47,000	0,400	0,200	9,800
			итого	600	546,00	19,02	19,78	83,92
Обед	закуска	67	Винегрет	60	67,000	0,729	4,703	1,373
	1 блюдо	106	Суп картофельный с рыбой конс.	200	23,744	0,137	0,410	0,512
	2 блюдо	284	Запеканка картофельная с говядиной	220	440,690	38,416	39,176	26,745
	гарнир							
	сладкое	ПР	Кисель из концентрата плодово ягодного	180	223,000	0,000	0,000	81,200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,3	4,800	2,000	15,600
				итого	705	817,734	44,08	46,29

директор

Т.О. Густяк