

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

20.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	192	манные биточки с молоком сгущенным	220	258,923	9,477	8,072	21,255
	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	538,92	15,51	18,28	76,95
Обед	закуска	70	Овощи свежие (или соленые) в нарезке	60	70,000	0,784	0,070	8,050
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	200	89,184	0,720	1,816	8,822
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	90	574,600	83,604	96,475	45,336
	сладкое	203	Мкаронные изделия отворные	150	88,711	0,339	0,359	6,327
	хлеб бел.	383	Какао с молоком сгущенным	180	303,336	5,560	3,943	68,381
		ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	4,800	2,000	15,600
			итого	725	1189,131	95,807	104,66	152,516

директор

Т.О. Густяк