

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

Отд./корп

Дата

09.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	запеканка творожная со сгущенным молоком	220	279,714	10,151	8,611	23,886
	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
	фрукты	338	фрукт	100	47,000	0,400	0,400	9,800
		ПР	печенье	40	137,000	3,200	4,300	26,000
Обед	закуска	21	Салат из соленых огурцов с луком репчатым	60	35,460	0,509	3,027	3,046
	1 блюдо	83	Борщ с картофелем	200	71,800	1,412	4,360	10,322
	2 блюдо	265	Плов из мяса говядины	200	429,333	17,987	17,347	34,693
	гарнир							
	напиток	343	Компот из свежих яблок	200	114,600	0,160	0,160	37,880
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	4,800	2,000	15,600
	хлеб черн.							

директор

Т.О. Густяк