

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

Отд./корп

Дата

11.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша геркулесовая молочная с маслом	200	303	9,31	7,12	37,63
	гор.напиток	378	чай с лимоном	200	62	0,13	0,02	15,2
	хлеб	447	кекс Столичный	100	153,333	6,093	11,387	17,413
	фрукты	339	фрукт	100	47,000	0,400	0,400	9,800
Обед	закуска	52	Салат из свеклы с маслом раст.	60	55,680	0,845	1,807	6,156
	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	84,800	1,756	1,824	20,312
	2 блюдо	259	Жаркое по домашнему	220	481,486	15,463	22,000	45,986
	гарнир							
	напиток	357	Сок	180	76,320	0,900	0,000	21,780
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	4,800	2,000	15,600
	хлеб черн.							

директор

Т.О. Густяк