

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

Отд./корп

Дата

21.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204	макаронные изделия с тертым сыром	220	14,889	14,889	14,500	36,520
		73	икра кабачковая	40	1,090	1,090	0,800	5,818
	гор.напиток	376	чай	200	0,07	0,070	0,020	15,000
	хлеб							
	фрукты	338	фрукт	100	0,4	0,400	0,400	9,800
		ПР	печенье	40	3,2	3,200	4,300	26,000
Обед	закуска	59	Салат из моркови с яблоком с р/м	60	23,940	0,637	0,103	3,112
	1 блюдо	119	Суп с фасолью	200	189,400	5,722	15,454	7,492
	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	90	85,000	12,260	6,230	3,520
	гарнир	304	Рис отворной	150	209,700	3,501	4,025	6,834
	напиток	ПР	Кисель из концентрата плодово ягодного	180	223,000	0,000	0,000	81,200
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	4,800	2,000	15,600
	хлеб черн.							

директор

Т.О. Густяк