

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

Отд./корп

Дата

28.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша вязкая молочная из риса и пшена	220	300	13,1	12,45	28,05
	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	137	0,400	0,400	9,800
		ПР	печенье	40	47	3,200	4,300	26,000
Обед	закуска	40	салат картофельный с морковью и зел. горошком	60	67,620	1,641	4,240	5,731
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	200	115,400	2,846	3,674	15,034
	2 блюдо	268	Котлета мясная	90	153,000	8,000	9,460	7,590
	гарнир	302	Каша рассыпчатая гречневая	150	243,750	8,598	6,093	38,642
	напиток	342	Компот из плодов консервированных	180	84,060	0,256	0,169	29,191
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	4,800	2,000	15,600
	хлеб черн.							

директор

Т.О. Густяк