

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

Отд./корп

Дата

29.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	219	сырники из творога со смет.соусом	220	244,75	7,755	7,6175	18,7
	гор.напиток	376	чай	200	60,000	0,070	0,020	15,000
	хлеб	3	бутерброд с сыром	50	140,000	5,800	8,300	14,830
	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	70	Овощи свежие (или соленые) в нарезке	60	96	0,192	0,06	10,5
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	134,6	5,5	2,27	21,964
	2 блюдо	139	Капуста тушеная	150	115,5	1,56	5,52	26,835
	гарнир	260	Гуляш из говядины	90	198,9	13,095	15,111	7,101
	напиток	380	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	102,06	1,7496	1,7892	18,8298
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	45	63,300	4,800	2,000	15,600
	хлеб черн.							

директор

Т.О. Густяк