

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

22.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	210	омлет натуральный	200		325,862	16,855	14,608	61,914	
	гор.напиток	131	зеленый горошек отварной консервированный	60		25,8	1,8		0,4	
		376	чай	200		60,000	0,070	0,020	15,000	
			3	бутерброд с сыром	50		140,000	5,800	8,300	14,830
			338	фрукт	100		47,000	0,400	0,400	9,800
				итого	610	0,00	598,66	24,92	23,33	101,94
Обед	закуска	70	Овощи свежие (или соленые) в нарезке	60		70,000	0,784	0,070	8,050	
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	200		89,184	0,720	1,816	8,822	
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	90		574,600	83,604	96,475	45,336	
	сладкое	203	Мкаронные изделия отворные	150		88,711	0,339	0,359	6,327	
	хлеб бел.	383	Какао с молоком сгущенным	180		303,336	5,560	3,943	68,381	
			ПР	Хлеб пшеничный	45		63,300	4,800	2,000	15,600
				итого	725	0,00	1189,131	95,807	104,66	152,516

директор

Т.О. Густяк