

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

23.12.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|-------------|--------|--|--------------|------------|--------------|------------|-----------|------------|------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 204 | макаронные изделия с тертым сыром | 220 | 40,00 | 470,437 | 17,87 | 12,24 | 73,377 | |
| | гор.напиток | 392 | чай | 200 | 12,00 | 42,1 | 0,067 | 0,022 | 10,511 | |
| | хлеб | 1 | бутерброд с маслом | 40 | 15,00 | 211,4 | 0 | 0 | 0 | |
| | | ПР | печенье ювелирное | 40 | 9,00 | 180,84 | 3,06 | 7,02 | 26,34 | |
| | | 338 | яблоко | 100 | 28,00 | 17,882 | 127,86 | 0,136 | 0,7 | |
| | | | итого | 600 | | 923 | 149 | 19 | 111 | |
| Обед | закуска | 59 | Салат из моркови с яблоком с р/м | 60 | 10,00 | 66 | 1,32 | 0,24 | 14,52 | |
| | 1 блюдо | 111 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 50,00 | 122,25 | 2,28 | 5,03 | 17 | |
| | 2 блюдо | 255 | Печень по-строгановски | 90 | 50,00 | 262,4 | 21,76 | 16,8 | 6,08 | |
| | гарнир | 312 | Пюре картофельное | 150 | | 132,6 | 3,12 | 5,1 | 18,57 | |
| | сладкое | 350 | Кисель из ягод (замороженных или свежих) | 180 | 36,00 | 122 | 5,8 | 6,6 | 9,9 | |
| | хлеб бел. | ПР | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 46,76 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб ржаной | 30 | 4,00 | 137,94 | 3,36 | 0,66 | 29,64 | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | итого | 740 | | 890 | 39 | 35 | 105 |

директор

Е.Д. Литвиненко