

Школа

МБОУ Запорожская начальная школа - детский сад №9

День

30.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	каша гречневая молочная	200	30,00	127,855	3,364	5,255	17,882
	гор.напиток	392	чай с сахаром	200	3,00	42,1	0,067	0,022	10,511
	хлеб	3	хлеб с маслом с сыром	55	30,00	157	0,58	9,13	16,313
Завтрак 2	фрукты		яблоко свежее	150	56,00	47,143	0,429	0,429	10,5
			<b>итого</b>	<b>605</b>		<b>374</b>	<b>4</b>	<b>15</b>	<b>55</b>
Обед	закуска	24	Салат зеленый со свежими помидорами	60	30,00	46,8	0,6	3,66	2,82
	1 блюдо	102	Суп гороховый	250	65,00	163,75	5,08	5,35	23,85
	2 блюдо	268	Биточки (мясо, птица)	80	140,00	284,8	10,88	20,32	14,56
	гарнир	309	Овощное рагу	150	55,00	181,5	2,1	12,3	15,75
	сладкое	342	Компот из свежих фруктов	200	10,00	116,6	0,16	0	29
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	2,00	46,76	1,58	0,2	9,66
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	29,64	30	3,36	0,66
			<b>итого</b>	<b>790</b>		<b>870</b>	<b>50</b>	<b>45</b>	<b>96</b>

директор МБОУ  
Запорожская НШ-ДС №9

Е.Д. Литвиненко