

Школа

МБОУ СОШ № 9

отд/корп

5

День

19.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	215/97	омлет с зелёным горошком	170	94,12	179,24	14,75	14,70	11,89
	Горячий напиток	379	кофейный напиток с молоком	200	21,79	155,20	3,6	2,67	29,2
	закуска	пр/15	хлеб пшеничный + сыр	70	18,40	152,73	6,26	3,45	24,15
	кисл. Мол.	386	кисломолочный продукт 2,5%	200	39,02	100	5,8	5	8
				640		587,17	30,41	25,82	73,24
Обед	Закуска	45	салат из свежей капусты с морковью	100	13,08	94,20	1,33	6,08	15,52
	1 блюдо	118	суп с клёцками	250	16,52	115,00	5,6	4,8	17,22
	2 блюдо	261/330	печень тушеная в соусе	55/35	59,4	145,40	9,1	2,60	23,96
	гарнир	302	каша гречневая	150	14,69	231,86	1,39	4,10	46,84
	сладкое	342	компот из свежих яблок	200	18,35	97,60	0,16	0,16	23,88
	хлеб	пр	хлеб ржаной	60	8,21	91,96	2,24	0,44	19,76
	хлеб	пр	хлеб пшеничный	50	6,84	46,76	1,58	0,20	9,66
				900		822,78	21,4	24,88	156,84