

Школа

МБОУ СОШ № 9

отд/корп

11

День

26.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	232	рыба запечёная в сметанном соусе	150	80,83	202,70	12,93	11,81	14,23
	гарнир	304/71	рис отварной, свежий огурец	180	39,22	207,86	3,91	5,45	37,42
	горячее	376	чай с сахаром	200	3,03	60	0,07	0,02	15
	Хлеб	пр	хлеб пшеничный	60	8,21	116,90	3,94	0,50	24,15
				590		587,46	20,85	17,78	90,80
Обед	Закуска	67	винегрет овощной	100	22,98	88,68	1,8	6,33	8,01
	1 блюдо	102	суп картофельный с фасолью	250	21,68	144,43	5,56	6,04	15,23
	2 блюдо	295	котлета рубленая из птицы	90	77,15	177,81	10,45	13,97	16,50
	гарнир	314	картофель жаренный из отварного	150	40,79	109,73	3,49	3,46	15,13
	сладкое	389	сок яблочный	200	36,68	84,80	1	0,00	20,20
	хлеб	пр	хлеб пшеничный	50	6,84	91,96	2,24	0,44	19,76
	хлеб	пр	хлеб ржаной	60	8,21	46,76	1,58	0,20	9,66
	фрукты	пр	яблоко	150	49,99	78,30	0,04	0,04	11,50
				1050		822,47	26,16	30,48	115,99