

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

7-03.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	221	Каша вязкая гречневая на молоке	200	21,36	280	8,4	8	40,6
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
		15	Сыр (порциями)	20	12,45	77	4,92	6,32	0
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	12,53	119	4,08	3,54	17,58
	фрукт	118	Фрукты свежие. Груши.	118	35,69	57	0,54	0,41	12,83
Обед	закуска	24	Салат из свежих помидоров и огурцов	57	8,54	41	0,54	3,45	1,74
	1 блюдо	84	Борщ с фасолью и картофелем	200	10,56	102	2,85	4,1	11,34
	2 блюдо	261	Печень, тушенная в соусе	90	27,23	166	12,24	10,07	6,55
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,14	175	5,1	2,56	175
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	6,84	88	0,68	0,28	20,76
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96