

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

1-23.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	12,53	119	4,08	3,54	17,58
	горячее блюдо	221	Каша вязкая геркулесовая на молоке	200	14,83	232	7,2	9,32	29,92
	бутерброд	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
	фрукт	118	Фрукты свежие.Яблоки.	117,42	15,12	74	0,68	0,68	16,66
	сладкое	402	Коктейль молочный	200	27,10	78	3,1	3,2	
Обед	закуска	29	Салат из свежих овощей "Ассорти"	60	3,55	28	1,07	1,27	28
	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми, с курицей	200	7,93	109	6,66	2,74	14,27
	2 блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	36,89	202	14,36	11,39	10,26
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,14	175	5,1	2,56	33,01
	сладкое	629	Чай с лимоном	180	5,02	57	0,24	0,05	13,85
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,47	81	3,08	0,56	14,96