

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

10-22.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Помидоры свежие порционно	35,14	8,01	8,01	0,57	0,1	1,98
		132	Фасоль красная отварная	30	2,79	122	6,59	4,05	14,7
	горячее блюдо	278	Тефтели под соусом	90	33,77	129	6,65	7,37	8,77
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,36	175	5,1	2,56	33,01
	напиток горячий	514	Кофейный напиток с молоком	200	9,67	94	2,9	3,07	13,63
		113	Джем фруктовый	20	3,16	55	0,1		13,76
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
	сладкое	402	Коктейль молочный	200	27,60	73	2,9	2,8	10,56
Обед	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	11,58	171	10,26	11,28	6,99
	2 блюдо	277	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	32,88	62	8,83	2,02	2,18
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	9,79	134	3,34	3,49	22,11
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов.	200	4,06	133	0,66	0,09	32,01
	хлеб	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96