

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

День

1-22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	12,76	119	4,08	3,54	17,58
	горячее блюдо	221	Каша вязкая геркулесовая на молоке	200	15,02	232	7,2	9,32	29,92
	бутерброд	108	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	Плоды свежие.Яблоки.	142,5	18,35	74	0,68	0,68	16,66
	выпечка	541	Ватрушка с творожным фаршем	75	24,00	195	0,56	0,56	28,67
Обед	закуска	29	Салат из свежих овощей "Ассорти"	60	4,38	28	1,07	1,27	28
	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми, с курицей	200	7,77	109	6,66	2,74	14,27
	2 блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	39,45	202	14,36	11,39	10,26
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,36	175	5,1	2,56	33,01
	напиток	430	Чай с сахаром	200	1,35	56	0,19	0,04	13,66
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96