

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

День

23.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	45	Салат из белокочанной капусты	60	3,45	5	0,25	0,03	0,83
		209	Яйца вареные	40	13,70	63	5,08	4,6	0,28
	гор.напиток	514	Кофейный напиток	200	12,07	94	2,9	3,07	13,63
	гарнир	304	Рис отварной с маслом сливочным	150	6,26	210	3,65	5,38	36,68
	2 блюдо	268	Палочки мясные Детские запеченные	90	42,25	188	14,53	11,05	7,58
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,16	47	0,09		11,7
	хлеб	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	97	4,59	0,86	19,98
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
Обед	закуска	52	Салат из свеклы отварной	60	2,49	56	0,85	3,61	4,95
	1 блюдо	99	Суп из овощей с курицей	200	14,44	103	3,96	6,13	8,07
	2 блюдо	232	Рыба, запеченная под соусом	90	24,97	667	155,21	4,28	1,97
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	11,10	134	3,34	3,49	22,11
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,61	81	3,08	0,56	14,96
	сладкое	591	Кисель из концентрата (смесь)	200	5,39	122	1,4	0	29