

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

1-05.02.2024

| 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 | Фрукты 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 | 5,22 | 28 | 1,07 | 1,27 | 28 |
| | 1 блюдо | 144 | Суп картофельный с бобовыми, с курицей | 200 | 6,81 | 109 | 6,66 | 2,74 | 14,27 |
| | 2 блюдо | 304 | Котлеты домашние комбинированные | 90 | 39,56 | 202 | 14,36 | 11,39 | 10,26 |
| | гарнир | 203 | Макароны отварные с маслом сливочным | 150 | 5,37 | 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 |