

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	209	Яйца вареные	40	13,70	63	5,08	4,6	0,28
	горячее блюдо	221	Каша вязкая гречневая на молоке	200	21,80	280	8,4	8	40,6
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	14,82	119	4,08	3,54	17,58
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,16	55	0,1		13,76
	сладкое	402	Коктейль молочный	200	29,10	73	2,9	2,8	10,5
Обед	закуска	72	Винегрет овощной	60	5,33	71	0,93	5,34	4,59
	1 блюдо	84	Борщ с фасолью и картофелем	200	10,84	102	2,85	4,1	11,34
	2 блюдо	261	Печень, тушенная в соусе	90	29,84	166	12,24	10,07	6,55
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,35	175	5,1	2,56	175
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	6,95	88	0,68	0,28	20,76
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96