

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	209/62	Яйцо отварное / Морковь тертая с маслом растительным	60	9,57	63	2,94	4,27	3,26
	гарнир	175	Каша "Дружба" с маслом сливочным	150	6,47	134	3,04	4,09	21,33
	горячее блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	36,21	202	14,36	11,39	10,26
	напиток горячий	376	Чай витаминизированный с сахаром	200	1,71	56	0,13	0,14	13,64
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	30	2,58	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Фрукты свежие. Груша.	159,10	29,48	63	0,6	0,45	14,25
Обед	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя с птицей отварной	200	5,83	89	4,16	2,95	11,38
	2 блюдо	293	Птица запеченная порционная (окорочок куриный)	90	36,39	172	20,23	10,07	172
	гарнир	139	Капуста тушеная	150	15,29	109	3,42	4,57	13,6
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	200	1,22	50	0,17	0,04	12,29
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,27	101	3,85	0,7	18,7