

Школа МБОУ Судогодская ООШ Отд./корп 1-4 класс День 5-22.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	31	Салат из отварной моркови с зеленым горошком	60	6,07	67	1,54	4,51	4,96
	горячее блюдо	253	Омлет натуральный, запеченный	200	45,85	307	19,57	23,73	3,61
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	30	2,59	72	3,4	0,64	14,8
	напиток горячий	514	Кофейный напиток с молоком	200	10,02	94	2,9	3,07	13,63
	фрукт	118	Фрукты свежие. Банан.	118	21,49	125	1,96	0,66	27,3
Обед	1 блюдо	104	Рассольник ленинградский с птицей отварной, со сметаной	200	9,46	156	11	11,48	8,8
	2 блюдо	460	Котлеты, рубленые из птицы	90	32,68	180	25,29	5,22	10,77
	гарнир	139	Капуста тушеная	150	15,32	109	3,42	4,57	13,6
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	180	1,27	56	0,19	0,04	13,66
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,27	58	2,31	0,42	11,22