

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	693	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	60	4,49	63	0,88	4,46	4,81
	горячее блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	41,34	202	14,36	11,36	10,26
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	4,92	175	5,1	2,56	33,01
	сладкое	113	Джем фруктовый	30	4,74	55	0,1	0	13,76
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
	напиток горячий	629	Чай с лимоном	200	5,25	57	0,22	0,05	13,85
	фрукт	118	Плоды свежие.Банан.	120	21,84	120	1,88	0,63	26,25
	Обед	1 блюдо	97	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	11,98	108	6,35	2,46
2 блюдо		460	Котлеты рубленые из птицы	90	34,27	180	25,29	5,22	10,77
гарнир		312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	10,70	134	3,34	3,49	22,11
напиток горячий		430	Чай с сахаром	200	1,36	56	0,19	0,04	13,66
хлеб черный		116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	120	4,62	0,84	22,44