

Школа

МБОУ Судогодская ООШ

Отд./корп

День

5/3/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	57/132	Салат из отварной свеклы с чесноком, фасоль красная отварная	70	5.17	173	7.14	8.08	17.99
	горячее блюдо	278	Тефтели под соусом	110	39.72	157	8.13	9.01	10.72
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	4.92	175	5.1	2.56	33.01
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	200	1.36	56	0.19	0.04	13.66
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	30	2.59	72	3.4	0.64	14.8
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3.16	55	0.1	0	13.76
	сладкое	402	Коктейль молочный	200	29.10	73	2.9	2.8	10.56
Обед	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	9.51	171	10.26	11.28	6.99
	2 блюдо	277	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	35.48	62	8.83	2.02	2.18
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	9.59	134	3.34	3.49	22.11
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов.	200	3.73	133	0.66	0.09	32.01
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1.69	81	3.08	0.56	14.96