

Школа

МБОУ "Судогодская ООШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	масло	14	Масло (порциями)	10	8,74	66	0,08	7,25	0,13
	яйцо	209	Яйца вареные	40	10,20	63	5,08	4,6	0,28
	горячее блюдо	221	Каша вязкая рисовая на молоке	200	23,41	277	7,28	9,13	41,38
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	15,12	119	4,08	3,54	17,58
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	кондитерское изделие	687	Пирожки печеные из теста дрожжевого с повидлом или джемом	85	25,00	219	4,68	1,61	46,46
Обед	1 блюдо	84	Борщ с фасолью и картофелем	200	6,34	102	2,85	4,1	11,34
	2 блюдо	246	Гуляш из отварной говядины	90	37,96	387	12,03	12,67	2,95
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,04	249	8,22	6,64	39,05
	напиток горячий	376	Чай с сахаром	200	1,33	56	0,19	0,02	15
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	28	2,46	47	2,21	0,42	9,62
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96