

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	48	Салат витаминный	60	10,52	47	0,5	3,67	3,17
	горячее блюдо	309	Биточки рубленые куриные	90	42,02	192	12,51	11,59	9,29
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	6,14	175	5,1	2,56	33,01
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,13	55	0,1	0	13,76
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	напиток горячий	629	Чай с лимоном	200	5,44	57	0,24	0,05	13,85
	фрукт	118	Плоды свежие.Яблоко.	111	15,22	49	0,44	0,44	10,79
	Обед	1 блюдо	104	Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	200	20,08	156	11	11,48
2 блюдо		756	Рагу из птицы	260	31,61	211	21,68	4,83	19,97
напиток		347	Напиток витаминный	200	6,44	85	0,39	1,51	17,52
хлеб черный		116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	120	4,62	0,84	22,44