

Школа

Судогодская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	76	Икра кабачковая диетическая из уваренных овощей промышленного производства	60	8,77	9	0,47	0,08	1,56
	горячее блюдо	293	Птица запеченная порционная (окорочок куриный)	100	43,65	191	22,48	11,19	0,15
	гарнир	304	Рис отварной с маслом сливочным	150	6,81	210	3,65	5,38	36,68
	напиток горячий	376	Чай витаминизированный с сахаром	200	1,68	56	0,13	0,14	13,64
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Плоды свежие. Банан.	121	21,56	118	1,84	0,61	25,83
Обед	закуска	51	Салат из свеклы и моркови	40	2,35	45	0,49	3,55	2,81
	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	9,81	171	10,26	11,28	6,99
	2 блюдо	232	Рыба, запеченная под соусом	100	29,75	115	17	4,76	2,19
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	14,01	134	3,34	3,49	22,11
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	200	1,35	56	0,19	0,04	13,66
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,73	81	3,08	0,56	14,96