

Школа

МБОУ "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	8,57	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	7,04	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
	кондитерское изделие	590	Печенье	20	3,60	46	1,5	2,36	4,72
	фрукт	118	Фрукты свежие. Банан.	122	22,75	118	1,84	0,61	25,83
Обед	закуска	51	Салат из свеклы и моркови	40	2,34	45	0,49	3,55	2,81
	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	11,29	171	10,26	11,28	6,99
	2 блюдо	764	Котлеты рыбные любительские	90	32,54	44	2,21	1,9	4,65
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	14,78	134	3,34	3,49	22,11
	напиток	646	Напиток лимонный	200	6,24	77	0,21	0,02	18,82
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,81	81	3,08	0,56	14,96