

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	10,48	66	0,08	7,25	0,13
	яйцо	209	Яйца вареные	40	11,20	63	5,08	4,6	0,28
	горячее блюдо	221	Каша вязкая рисовая на молоке	200	25,25	277	7,28	9,13	41,38
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	14,95	119	4,08	3,54	17,58
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Плоды свежие. Банан.	140	25,41	133	2,06	0,69	28,77
	Обед	закуска	786	Салат "Здоровье"	40	3,87	27	0,65	1,45
1 блюдо		155	Суп "Русский" с птицей отварной	200	9,83	121	4,5	4,34	15,91
2 блюдо		259	Жаркое по-домашнему с говядиной	240	53,08	369	18,83	17,95	32,86
напиток горячий		376	Чай с сахаром	200	1,35	56	0,19	0,02	15
хлеб черный		116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96