

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	10,55	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	25,30	277	7,28	9,13	41,38
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	15,09	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.	133	25,15	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	10,06	278	4,5	4,34	25,91
2 блюдо		259	Жаркое по-домашнему с говядиной	240	52,84	389	18,83	21,95	62,86
напиток горячий		376	Чай с сахаром	200	1,36	56	0,19	0,02	15
хлеб черный		116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96