

Школа

МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева

Отд./корп

День

02.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340,19	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	50,01	140	11	8	3
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200	6,87	15	0	0	15
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	4,90	133	5	0	30
	фрукты	28,01	Яблоко	150	15,71	43	0	0	43
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	72,22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	60	4,67	53	1	3	5
	1 блюдо	140,1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	14,43	156	5	4	19
	2 блюдо	267,89	Котлета куриная запечёная с овощами	90	39,73	341	17	16	41
	гарнир	1,39	Каша гречневая с маслом	150	15,24	101	4	6	12
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	407	Сок фруктовый	200	24,38	86	0	0	22
					180,14				