

Школа

-

Отд./корп

День

15.03.2024 г

| 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 |
| | | 28,03 | Груша | 130 | 33,30 | 68 | 1 | 0 | 14 |
| 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 клёцками на бульоне | 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 | Капуста тушёная белокачанная | 150 | 15,24 | 101 | 4 | 6 | 12 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 5,1 | Хлеб ржано - пшеничный | 70 | 4,20 | 127 | 2 | 0 | 24 |
| | | 407 | Сок фруктовый | 200 | 24,38 | 86 | 0 | 0 | 22 |
| | | | | 197,73 | | | | | |