

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

10.10.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            | гор.напиток |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб        |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | П00051 | салат винегрет   | 100      | 2,91  | 123          | 1     | 10   | 7        |
|            | 1 блюдо     | Ф00090 | суп щи           | 250      | 17,40 | 94           | 2     | 6    | 8        |
|            | 2 блюдо     | П00283 | тефтели          | 100      | 25,21 | 279          | 15    | 16   | 19       |
|            | гарнир      | Ф00174 | капуста тушенная | 150      | 6,16  | 120          | 3     | 6    | 14       |
|            | сладкое     | П00438 | напиток яблочный | 200      | 4,36  | 108          | 0     | 0    | 26       |
|            | хлеб бел.   | 1      | хлеб пшеничный   | 80       | 6,90  | 189          | 6     | 1    | 40       |
|            | хлеб черн.  | 2      | хлеб ржаной      | 60       | 4,40  | 120          | 4     | 1    | 25       |
|            |             |        |                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                  | 940      | 67,34 | 1033         | 31    | 40   | 139      |