

Школа

МБОУ Верхнебемужская ООШ

Отд./корп

День

05.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П00184	каша вязкая гречневая	200	15,50	257	9	9	35
	гор.напиток	Ф00615	чай с сахаром	200	1,96	28	0	0	14
	хлеб	1	хлеб пш.	60	4,59	142	5	0	30
			итого завтрак		22,05	427	14	9	79
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00022	салат из свежих помидор	150	0,50	164	2	15	5
	1 блюдо								
	2 блюдо	Ф00442	гуляш из отварного мяса	100	45,89	158	13	10	3
	гарнир	П00331	отварные рожки	230	8,79	293	8	7	48
	сладкое	П00411	кисель	200	5,19	113	0	0	28
	хлеб бел.	1	хлеб пш.	80	6,12	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб рж.	60	4,00	120	4	1	25
			итого обед	820	70,49	1037	33	34	149
				92,54	1464	47	43	228	