

Школа

МБОУ Верхнебемьжская ООШ

Отд./корп

День

15.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	Ф00120	каша овсяная геркулес	250	12,41	188	8	8	22
	гор.напиток	П00431	чай с лимоном	200	3,23	60	0	0	15
	хлеб	1	хлеб пш.	60	4,59	142	5	0	30
			итого в завтрак	510	20,23	390	13	8	67
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00023	салат из св. огурцов и помидор	150	0,50	159	1	15	4
	1 блюдо	Ф00114	суп с клецками	250	16,92	99	2	4	14
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	ф00597	компот из сухофруктов	200	4,34	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
				740	31,88	680	13	21	111
			1350	52,11	1070	26	29	178	