

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

21.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	Ф00129	каша манная	250	12,03	165	7	6	21
	гор.напиток	П00431	чай с лимоном	200	3,14	60	0	0	15
	хлеб	1	хлеб пшеничный	60	4,94	142	5	0	30
				итого в завтрак		20,11	367	12	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00050	салат свекольный	150	0,50	276	120	15	23
	1 блюдо	П00100	суп с вермишелью и курицей	250	19,16	188	10	9	17
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	П00436	апельсиновый напиток	200	6,08	105	0	0	257
	хлеб бел.	1	хлеб пш.	80	6,59	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб рж	60	4,30	120	4	1	25
					36,63	878	140	26	362
				56,74	1245	152	32	428	