

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 |
| | | | | | 56,74 | 1245 | 152 | 32 | 428 |