

Школа

МБОУ Верхнебемьжская ООШ

Отд./корп

День

28.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П00184	каша гречневая	250	14,65	321	11	11	43
	гор.напиток	Ф00615	чай с сахаром	200	1,96	28	0	0	14
	хлеб	1	хлеб пш.	60	4,94	142	5	0	30
			итого на завтрак	510	21,55	491	16	11	87
Завтрак 2	фрукты	Ф00570	яблоко	206	26,78	91	1	1	20
Обед	закуска	Ф00035	салат из картофеля и зеленого горошка	150	2,09	141	3	8	15
	1 блюдо	Ф00081	борщ с мясом	250	20,81	640	40	29	55
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	П00411	кисель из плодово-ягодного концентрата	200	4,82	113	0	0	28
	хлеб бел.	1	хлеб пш.	80	6,59	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб рж.	60	4,30	120	4	1	25
					38,61	1203	53	39	163
				86,94	1785	70	51	270	