

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

29.09.2023

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	4,94	142	5	0	30
			итого в завтрак	510	20,58	390	13	8	67
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00022	салат из свежих помидор	150	0,50	164	2	15	5
	1 блюдо								
	2 блюдо	П00273	котлета мясная	100	33,08	223	15	15	17
	гарнир	Ф00174	капуста тушенная	200	6,27	160	4	7	19
	сладкое	П00438	яблочный компот	200	4,38	108	0	0	26
	хлеб бел.	1	хлеб пш.	80	6,59	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб рж.	60	4,30	120	4	1	25
					55,12	964	31	39	132
				75,70	1354	44	48	199	