

Школа

МБОУ Верхнебемужская ООШ

Отд./корп

День

09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П00189	каша рисовая	250	13,88	246	4	5	46
	гор.напиток	Ф00615	чай с сахаром	200	1,96	28	0	0	14
	хлеб	1	хлеб пш.	60	4,94	142	5	0	142
			итого в завтрак	510	20,78	416	9	5	202
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00019	салат из св. огурцов	150	0,50	155	1	15	3
	1 блюдо								
	2 блюдо	П00283	тефтели ежики	100	33,92	279	15	16	19
	гарнир	П00184	гречневая каша	200	9,08	307	10	7	48
	сладкое	П00432	кофейный напиток	200	8,54	107	2	1	22
	хлеб бел.	1	хлеб пш.	80	6,59	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб рж.	60	4,30	120	4	1	25
				790	62,93	1157	38	41	157
			1300	83,71	1573	47	46	359	