

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

11.10.2023

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	П00306	голубцы ленивые	250	24,89	420	25	28	16
	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
				740	42,36	998	37	45	343
			1250	62,94	1388	50	53	410	