

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

16.10.2023

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	Ф00615	чай с сахаром	200	2,75	28	0	0	14
	хлеб	1	хлеб пш.	60	4,94	142	5	0	30
			итого в завтрак	510	19,72	338	12	6	65
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	Ф00035	салат из картофеля и зелен.горошка	150	15,60	141	3	8	15
	1 блюдо	Ф00081	борщ с мясом	250	20,81	640	40	29	55
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	Ф00626	какао	200	9,14	119	4	4	18
	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	56,44	1209	57	43	153
			1250	76,16	1547	69	49	218	