

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

19.10.2023

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								
Обед	закуска	П00035	салат капустный	150	0,50	120	2	8	10
	1 блюдо								
	2 блюдо	П00273	котлета мясная	100	33,08	223	15	15	17
	гарнир	П00331	макароны отварные	200	6,31	332	6	11	56
	сладкое	Ф00627	напиток из шиповника	200	3,81	47	1	0	21
	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	54,59	1031	34	36	169
			1300	76,14	1522	50	47	256	