

Школа

ГБОУ ООШ с. Большая Романовка

Отд./корп

День

1/16/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	265	плов с мясом	200		376	11	20	38
	гор.напиток	387	напиток из смородины	200		108	0	0	27
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		70	2	0	15
	Закуска	62	салат из моркови с сахаром	60		31	1	0	7
					67.80				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	салат из белокачанной капусты с зеленью	60		52	1	3	5
	1 блюдо	87	суп картофельный с рыбными консервами с зеленью	15/200/1		113	30	5	12
	2 блюдо	278/759	тефтели тушеные в соусе	110		224	7	16	12
	гарнир	202/309	макаронные изделия отварные	150		188	5	4	32
	сладкое	342	компот их свежих яблок + С витамин	200		112	0	0	27
	хлеб бел.	пр	хлеб пшеничный	30		89	3	1	16
	хлеб черн.	пр	хлеб ржаной	30		78	3	1	15
						94.94			