

Школа

ГБОУ ООШ с. Большая Романовка

Отд./корп

День

1/27/2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 312 | пюре картофельное с маслом сливочным | 150 | | 150 | 3 | 4 | 20 |
| | гор.напиток | 376 | чай с сахаром | 200 | | 61 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный | 30 | | 70 | 2 | 0 | 15 |
| | Закуска | 45 | салат из белокачанной капусты с морковью | 60 | | 53 | 1 | 3 | 5 |
| | гор. Блюдо | 234 | котлеты рыбные с соусом | 100 | 67.80 | 159 | 7 | 7 | 11 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 10 | салат из зеленого горошка консервированного | 60 | | 55 | 2 | 3 | 5 |
| | 1 блюдо | 82 | борщ из свежей капусты с картофелем сметаной и зеленью | 200/5/1 | | 83 | 2 | 5 | 10 |
| | 2 блюдо | 260 | гуляш мясной | 100 | | 200 | 8 | 17 | 4 |
| | гарнир | 304 | рис отварной с маслом сливочным | 150 | | 193 | 4 | 4 | 36 |
| | сладкое | 349 | компот из смеси сухофруктов + С витамин | 200 | | 147 | 0 | 0 | 31 |
| | хлеб бел. | пр | хлеб пшеничный | 30 | | 89 | 3 | 1 | 16 |
| | хлеб черн. | пр | хлеб ржаной | 30 | | 78 | 3 | 1 | 15 |
| | | | | | | 94.94 | | | |