

Школа

МБОУ "Малокамалинская ООШ №5"

Отд./корп

День

10.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	132	Омлет натуральный	150	27,96	255	13	17	6
	гор.напиток	299	Чай с сахаром	200	4,46	60	0	0	15
	хлеб	г/и	Хлеб пшен./ржан.	46	1,70	111	3	1	37
	закуска	229	Зеленый горошек консервированный	60	11,33	45	1	1	6
	фрукты	г/и	Апельсин	100	16,00	43	1	0	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	г/и	Икра кабачковая	60	10,20	47	1	3	4
	1 блюдо	365	Суп картофельный с горохом	250	37,70	99	2	4	17
	2 блюдо	171/263	Рыба припущенная в сметан.соусе	100	28,79	147	15	11	4
	гарнир	241	Картофельное пюре	200	11,39	214	4	8	31
	сладкое								
	хлеб бел.	г/и	Хлеб	30	1,10	71	1	0	17
	хлеб черн.	г/и	Хлеб	20	1,60	50	1	0	20
	напиток	274	Кисель фруктово-ягодный	200	1,40	116	1	0	11

