

Школа

МБОУ "Малокамалинская ООШ №5"

Отд./корп

День

28.02.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 189/227 | Котлета с соусом томатным, макароны отварные | 250 | 32,44 | 318 | 13 | 16 | 13 |
| | гор.напиток | 289 | Напиток из шиповника | 200 | 7,53 | 47 | 1 | 0 | 18 |
| | хлеб | г/и | Хлеб пшеничный/ржаной | 46 | 1,70 | 111 | 3 | 1 | 37 |
| | фрукты | г/и | Яблоко | 100 | 19,78 | 67 | 1 | 2 | 4 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 23 | Салат из отварной свеклы | 60 | 10,50 | 45 | 1 | 2 | 6 |
| | 1 блюдо | 66 | Щи из свежей капусты с картофелем и туш.консер.мясом | 200 | 22,00 | 105 | 5 | 6 | 8 |
| | 2 блюдо | 213 | Птица тушеная | 100 | 30,79 | 169 | 10 | 7 | 4 |
| | гарнир | 241 | Картофельное пюре | 200 | 15,00 | 214 | 4 | 8 | 31 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | г/и | Хлеб | 30 | 1,10 | 71 | 1 | 0 | 17 |
| | хлеб черн. | г/и | Хлеб | 32 | 1,60 | 50 | 1 | 0 | 20 |
| | гор.напиток | 270 | Какао с молоком | 200 | 11,19 | 154 | 4 | 4 | 26 |

