

Школа

Пятницкая ОШ

Отд./корп

День

14.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	297	Запеканка из творога со сметанным соусом	100	37,57	283	18,20	13,60	19,40
	напиток	762	Кофейный напиток	200	8,50	130,0	2	1,40	27,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	6,80	79,0	2,30	0,9	15,40
	фрукты		Груша	100	12,13	42,0	4,1	2,9	24,8
	итого					65,00	534,0	27	18,80
Завтрак 2									
Обед	закуска		Сыр порционный	30	7,00	103,00	7,80	7,80	0,00
	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем	200	14,95	58,00	2,20	2,20	5,20
	2 блюдо	303	Рыба (филе) припущенное	80	12,00	61,00	13,60	0,70	0,50
	гарнир	215	Рагу из овощей	180	13,40	215,80	3,96	11,30	25,90
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	6,85	87	3,30	0,60	16,7
	напиток		Сок фруктовый	200	10,80	92,00	1,00	0	20,20
	итого					65,00	621,80	31,86	22,60