

Школа

Пятиклассная ОШ

Отд./корп

День

14.04.2022

Примем пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	469	Макаронны отарные	150	14,08	185	5,40	4,20	29,60
	Напиток	628	Чай с сахаром	220	6,85	6,9	61	0,00	15,0
	Хлеб								
			425	Оладьи из печени	80	22,90	203,0	13,4	11,9
Завтрак 2		113	Булка "Веснушка"	50	21,18	152,0	4,1	2,9	24,8
	Итого				65,00	601,0	23	19,00	78,60
Обед	закуска	Сб.реч.	Морковь порционная	60	4,45	21,00	0,80	0,06	4,14
	1 блюдо	129	Рассольник "Ленинградский"	200	16,15	130,00	2,40	3,80	16,20
	2 блюдо	325	Котлета рыбная запеченая	80	12,10	82,40	10,60	2,64	5,00
	гарнир	482	Капуста тушеная	150	14,05	111,00	3,00	4,80	8,30
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	6,85	87	3,30	0,60	16,7
	напиток		напиток яблочный	200	11,40	108,00	0,10	0	26,50
	Итого				65,00	559,40	20,20	12,00	76,84