



МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа МБОУ СОШИ Отд./корп 4 День Дата: 07.03.2024

| Прием пищи | № рец. | Наименование блюда | Выход, г | Энергет.ценность (ккал) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
|------------|----------|----------------------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | 277/2012 | Каша манная молочная | 255 | 277.20 | 4.70 | 5.31 | 23.90 |
| | 310/2012 | Яйцо вареное | 60 | 96.00 | 7.44 | 6.96 | 0.05 |
| | 202/2013 | Батон | 40 | 131.00 | 3.44 | 1.04 | 20.40 |
| | 493/2013 | Чай с сахаром | 200 | 40.19 | 0.00 | 0.00 | 10.05 |
| | | | 555 | 544.39 | 15.58 | 13.31 | 54.40 |
| Обед | 006/2012 | Салат из свеклы и моркови | 60 | 0.99 | 6.05 | 5.78 | 81.50 |
| | 134/2013 | Рассольник Ленинградский | 250 | 198.25 | 6.48 | 5.26 | 16.53 |
| | 416/2012 | Плов из отварной курицы | 250 | 475.60 | 22.70 | 16.90 | 37.90 |
| | 501/2013 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 79.00 | 3.20 | 2.70 | 15.90 |
| | 108/2013 | Хлеб пшеничный | 50 | 108.50 | 3.80 | 0.45 | 24.85 |
| | | | 810 | 862.34 | 42.23 | 31.09 | 176.68 |