

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет



Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

День

15.10.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	268/2013	Каша Дружба	210	275,28	6,65	10,34	38,88
	108/2013	Хлеб пшеничный	25	108,50	3,80	0,45	24,85
	578/2012	Гребешокс повидлом	50	172,2	2,38	1,63	38,04
		Кофейный напиток	200	93,37	2,90	2,51	14,78
			485	649,35	15,73	14,93	116,55
Обед	102	Суп картофельный с горохом и курой	250	148,25	5,48	5,26	16,53
	381/2013	Котлета	125	291,15	12,87	18,87	15,32
	237/2013	Греча отварная, огурец св.	180	478,40	18,60	4,40	88,60
	493/2013	Чай с сахаром	215	39,40	0,00	0,00	10,50
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,50	3,80	0,45	24,85
		820	1065,70	40,75	28,98	155,80	
Полдник	356/2013	Печенье	50	336,02	6,80	9,90	17,10
	493/2013	Чай с сахаром	215	39,40	0,00	0,00	10,50
			265	375,42	6,80	9,90	27,60
Ужин	411/2013	Тефтели в соусе	120	245,96	14,93	17,49	7,21
	291/2013	Макаронные изделия	150	209,62	5,64	4,79	36,00
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,5	3,8	0,45	24,85
	493/2013	Чай с сахаром	215	39,40	0,00	0,00	10,50
			515	603,48	24,37	22,73	71,35
2 ужин	515/2013	Молоко	200	106,00	5,80	5,00	9,60
			200	106,00	5,80	5,00	9,60
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2285	2799,95	93,45	81,54	380,90