



МЕНЮ

Вс возрастная категория: 12 лет и старше

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

День

Дата:

04.10.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	180/2012	Каша геркулесовая	210	216,52	11,40	11,20	19,60
		Пирожек с капустой	50	324,00	7,16	5,99	23,40
	108/2013	Хлеб пшеничный	25	108,50	3,58	0,45	24,85
	506/2012	Чай с лимоном	220	40,19	0,00	0,00	10,05
			<b>480</b>	<b>689,21</b>	<b>22,14</b>	<b>17,64</b>	<b>77,90</b>
Обед	112/2013	Салат из помидор свежих	60	86,70	0,20	5,62	24,50
	154/2013	Суп крестьянский	250\20\10	148,25	5,48	5,26	16,53
	308/2018	Котлета рыбная	90	113,00	13,90	2,10	9,60
	429/2013	Картофельное пюре	150	196,27	3,99	6,24	26,58
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	554/2012	Манник	75	243,07	4,98	2,31	50,58
	349/2013	Сок	200	125,00	1,60	0,00	109,40
			<b>855</b>	<b>1020,79</b>	<b>33,73</b>	<b>21,98</b>	<b>262,04</b>
		<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1310</b>	<b>1710,00</b>	<b>55,87</b>	<b>39,62</b>	<b>339,94</b>