



МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

День

Дата:

11.10.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак		Каша геркулесовая	185	142,52	5,83	4,53	19,60
		Слойка с марцепаном	50	50,00	0,20	0,00	33,00
	108/2013	Хлеб	25	108,50	3,58	0,45	24,85
	494/2013	Чай с вареньем	230	41,02	0,05	0,01	10,20
			415	342,04	9,66	4,99	87,65
Обед	134/2013	Рассольник	280	168,25	5,48	5,26	16,53
	235/2013	Курица отварная	90	339,69	24,92	18,86	17,60
		Капуста тушеная	150	339,33	3,33	9,02	14,60
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,05
	108/2013	Хлеб	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	588/2013	Пряники	50	120,03	2,94	2,96	20,42
			835	1115,99	40,25	36,55	104,05
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1200				