

Согласовано



Утверждаю



Школа

МБУ СОШ ЗАТО ЗВЁЗДНЫЙ

Отд./корп

5-11 класс

День 7

19.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	113	Огурцы консервированные	30	15	3,90	0,24	0,03	0,51
	2 блюдо	417	Котлета куриная припущеная	100	38	229,57	15,31	14,09	10,37
	гарнир	297	Макароны отварные	180	25	173,88	6,79	0,81	34,85
	напиток	528	Компот из яблок с лимоном	200	25	33,48	0,14	0,12	7,86
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	30	2	70,50	2,28	0,24	14,76
итого				540	105	511,33	24,76	15,29	68,35
Обед	закуска	51	Салат из свеклы отварной	100	15	89	1,50	5,50	8,40
	1 блюдо	139	Рассольник Ленинградский	250	25	156,65	4,10	2,10	30,05
	2 блюдо	349	Рыба тушеная в томате с овощами	100	27	132,33	15,62	5,98	4,13
	гарнир	434	Картофельное пюре	180	21	176,85	3,91	6,26	26,08
	напиток	504	Чай с сахаром и лимоном	200	15	23,24	0,26	0	5,24
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	60	4	141	4,56	0,48	29,52
	хлеб	115	Хлеб ржаной	20	1,5	34,80	1,32	0,24	6,68
итого				910	108,5	753,87	31,27	20,56	110,10

Согласовано