

Согласовано



Утверждаю



Школа

МБУ СОШ ЗАТО ЗВЁЗДНЫЙ

Отд./корп

5-11 класс

День 1

25.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	243	Каша гречневая вязкая	180	28	236,14	8,68	5,02	39,13
	2 блюдо	371*1	Котлеты из говядины	100	36	141,68	12,80	5,62	10,97
	фрукты	118	Фрукт свежий	150	14	70,50	0,60	0,60	14,70
	напиток	538	напиток из шиповника	200	10	44,54	0,32	0,14	10,46
	выпечка	608	Пряники	40	15	146,40	2,36	1,88	30,00
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	30	2	70,50	2,28	0,24	14,76
итого				700	105	709,76	27,04	13,50	120,02
Обед	закуска	62	Салат картофельный	100	15	113,47	1,83	5,35	14,43
	1 блюдо	136	Суп Свекольник	250	25	111,98	2,48	3,68	17,25
	2 блюдо	417	Котлеты из мяса птицы	100	25	229,57	15,31	14,09	10,37
	гарнир	297	Макароны отварные	180	18	173,88	6,79	0,81	34,85
	напиток	312*1	Напиток из смородины	200	20	60,26	0,44	0,16	13,18
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	60	4	141	4,56	0,48	29,52
итого				910	108,5	864,96	32,73	24,81	126,28

Согласовано @