

Школа

МБОУ СОШ с. Новоалександровка

Отд./корп

День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|
| Завтрак | гор.блюдо | | сырники из творога с повидлом | 200 | 17,00 | 378 | 107 | 16 |
| | гор.напиток | | хлеб пшеничный | 50 | 2,37 | 227 | 8 | 1 |
| | хлеб | | масло сливочное | 10 | 5,94 | 75 | 0 | 8 |
| | масло слив. | | кофейный напиток | 200 | 10,39 | 102 | 3 | 1 |
| | | | йогурт | 290 | 40,73 | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | щи на мкб | 250 | 15,33 | 196 | 4 | 14 |
| | 2 блюдо | | рис с мясом | 100 | 9,25 | 148 | 6 | 1 |
| | гарнир | | | | | | | |
| | сладкое | | компот из сухофруктов | 200 | 5,00 | 140 | 0 | |
| | хлеб бел. | | хлеб пшеничный | 50 | 2,37 | 38 | 2 | 0 |
| | хлеб черн. | | | | | | | |
| | | | кабачковая икра | | 16,00 | | | |
| | салат | | салат из капусты | 80 | 4,75 | 94 | 0 | 0 |

23.11.2021

| Углеводы |
|----------|
| 42 |
| 48 |
| 0 |
| 19 |
| |
| |
| |
| |
| |
| 1 |
| 31 |
| |
| 25 |
| 10 |
| |
| |
| 11 |