

Школа

МБОУ "Октябрьская СШ №1"

Отд./корп

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	закуска	209	Яйцо вареное	40	13,1
	хлеб	т/н	Хлеб пшеничный	30	2
	горячий нап	т/н	Чай с сахаром	200/15	3
	закуска	71	Овощная нарезка (св.огурец)	50	9,44
	гор.блюдо	517	Макаронные изделия с овощами	150	19,08
	хлеб черный	т/н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1
	гор напиток	692	Кофейный напиток	200	9,3
	фрукты	338	Яблоко	150	15
завтрак	закуска	71	Овощная нарезка (св.огурец)	50	9,44
обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	
	2 блюдо	261	Печень тушенная в соусе	100	25,34
	гарнир	203	Макароны отварные в соусе	150	18,4
	хлеб черный	т/н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1
	хлеб бел.	т/н	Хлеб пшеничный	30	2
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	6,1
	фрукты	338	Яблоко	150	15
	напиток	389	Сок морковный	200	14,8

День

02.09.2021

калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
63	5,08	4,6	0,28
82,5	3,2	1,4	13,1
58	0,04	0	15
12,8	1,51	0,12	2,42
143	4	4,4	21,2
59,4	1,9	0,3	12,3
152	2,5	3,6	28,7
66	0,6	0,6	14,7
12,8	1,51	0,12	2,42
16,82	19,8	31,6	359
160	13,26	8,82	2,62
206,4	5,5	5,7	33,3
59,4	1,9	0,3	12,3
82,5	3,2	1,4	13,1
124	0,6	0	31,4
66	0,6	0,6	14,7
45	-	-	11