

Школа

МБОУ "Октябрьская СШ №1"

Отд./корп

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	закуска	3	Бутерброд с маслом и сыром	33/3/12	13,07
	гор.блюдо	302	Каша молочная гречневая с маслом	200/10	27,55
	хлеб белый	т/н	Хлеб пшеничный	30	2
	сладкое	т/н	Булочка «Октябренок»	70	12,4
	фрукты	338	Яблоко	150	15
	горячий напиток	685	Чай с сахаром	200/15	3
Завтрак 2	фрукты				
Обед	сладкое	т/н	Булочка «Октябренок»	70	12,4
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200/15	3
	закуска	71	Овощная нарезка (св.огурец)	50	9,44
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	16,82
	2 блюдо	390	Котлета рыбная «Любительская»	100	22,34
	гарнир	513	Рис припущенный с т/соусом	150	18,4
	хлеб черн.	т/н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1
	хлеб белы	т/н	Хлеб пшеничный	30	2
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	8,5
	фрукты	338	Яблоко	150	15

День

06.09.2021

калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
140,2	5,29	7,9	16,17
260,8	8,8	9,12	35,53
82,5	3,2	1,4	13,1
193	9,04	2,32	33,94
66	0,6	0,6	14,7
58	0,2	0	15
193	9,04	2,32	33,94
58	0,2	0	15
12,8	1,51	0,12	2,42
94	2,2	2,2	16,1
196	11,9	8,8	15,2
210,8	4	4	39,4
59,4	1,9	0,3	12,3
82,5	3,2	1,4	13,1
112,7	0,1	0,1	27,5
66	0,6	0,6	14,7