

Университет: Директор школы, Детская смена "Ребенок М. Бордана"



Школа

Школа Детская смена

Отд./корп

7 корпус

День 29.01.23

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------|-------------|--------|---------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак 9 45 | гор.блюдо | 363 | Запеканка мясная | 150 | 32 | 424,99 | 24 | 25,2 | 23,89 |
| | гор.напиток | 496 | Какао с молоком | 200 | 5,00 | 144 | 3,6 | 3,3 | 25 |
| | хлеб | 101 | Хлеб пшеничный | 50 | 4 | 117,5 | 3,8 | 0,4 | 24,6 |
| | | 487 | Сливочное масло | 40 | 4 | 132,8 | 0,76 | 3,4 | 22,2 |
| Завтрак 2 | фрукты | | Шоколик | 440 | 43,00 | 88,69 | 34,16 | 32,3 | 95,69 |
| | Напиток | | | | | | | | |
| Обед 12 40 | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 101 | Борщ из свекл. лав. смет. | 200 | 14 | 76 | 1,46 | 4 | 8,52 |
| | 2 блюдо | 381 | Крыженица из творожка | 90 | 44 | 257,4 | 16 | 15,75 | 18,84 |
| | гарнир | 237 | Картофельное пюре | 150 | 6,5 | 253,05 | 8,55 | 7,84 | 37,08 |
| | соус | 453 | Макаронный соус | 50 | 0,50 | 22,8 | 0,53 | 0,85 | 3,45 |
| | хлеб бел. | 101 | Хлеб пшеничный | 50 | 2 | 117,5 | 3,8 | 0,4 | 24,6 |
| | хлеб черн. | 109 | Хлеб из курамы | 50 | 2 | 87 | 3,3 | 0,6 | 16,70 |
| | напиток | 572 | Шоколик | 200 | 5,0 | 81 | 0,3 | 0 | 20,1 |
| | | | | 740 | 29,50 | 904,75 | 33,94 | 30,44 | 123,29 |
| | | | | 1230 | 115,5 | 1723,44 | 68,1 | 61,74 | 218,98 |

Шоколик

Завтрак, обед, ужин