

Инвергендо; директор МБОУ Доминское амт; О.А. Сидорова; 7.11.2024

Школа

МБОУ "Аспинская СОШ"

Отд./корп

2024

День

16.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	226	Каша овсяная молочная	180	10	189,13	5,56	5,27	24,88	
	гор.напиток	465	Корочка с мясной начинкой	200	6	63	1,40	1,20	11,40	
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,60	3,04	0,32	19,68	
Завтрак 2	фрукты		Яблоко запеченное	420	18	325,73	10	6,79	55,96	
	Напиток									
Обед	закуска	1	Салат из кв. капусты	90	8	84,60	1,31	5,40	7,56	
	1 блюдо									
	2 блюдо	327	Щи из свеклы со сметаной	90	40	222,2	18	15,55	2,97	
	гарнир	211	Каша рисовая, раз.	150	10	174,14	3,43	3,04	32,93	
	соус									
	хлеб бел.	573	Хлеб пшеничный	40	2	93,6	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	574	Хлеб ржаной	40	5	244,0	3,20	0,60	16,04	
	напиток	484	Кисель	200	4,50	60	0	0	15	
				Супо суп	610	9,60	229,94	28,98	26,94	95,18

1055,64 38,98 33,73 157,14
 1050. 1145
 Мясо говяд