

МБОУ СОШ №1 г.Николаевск-на-Амуре

7-11
лет

06.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	117	Каша вязкая молочная рисовая	150	25,65	200	4	6	31
	гор.напиток	265	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	13,10	112	3	2	21
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,32	116	4	1	24
		11	Сыр российский (порциями)	20	20,00	72	5	6	0
			Масло сливочное (порциями)	20	17,66	132	0	15	0
		пр	Булочка	60	23,00	209	5	6	34
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	59	Сельдь с луком репчатым	60	40,03	104	6	8	2
	1 блюдо	75	Суп из овощей	230	45,56	87	1	5	8
	2 блюдо	174	Жаркое по-домашнему	200	138,29	388	23	23	23
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	пр	Хлеб пшеничный йодированный	60	3,76	140	5	1	29
	хлеб черн.								
		348	Компот из изюма "С"	200	10,67	122	0	0	30