

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

14.12.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------------|--|------------|---------|-------------------------------|--------------------------------|----------------|---------------------------------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 384/М:202 2 | Каша молочная «Дружба» | 200/200 | | 273 | 6,1 | 12,1 | 35 |
| | | 1/М:2022 | Бутерброд с маслом | 30/10 | | 147 | 2,6 | 8,8 | 14,3 |
| | закуска | | | | | | | | |
| | фрукты | 338/М:20 05 | Фрукты по сезонности (яблоко, груша, банан) | 150/200 | | 78/104; 70,5/94; 35,4/47/2 | 0,6/0,8; 0,6/0,8; 2,25/3 | 0 | 18,9/25,2; 17,1/22,8; 35,4/47,2 |
| | гор.напиток | 342/М:200 5 | Компот из яблок с лимоном | 200/200 | | 116,6 | 0,16 | 0 | 29 |
| | | | | для 1-4 кл | | 56,60 руб. | | | |
| Обед | закуска | 43/М:2005 | Нарезка из свежей капусты со свеклой | 60/100 | | 52,8/88 | 1,44/2,4 | 4,08/6,8 | 2,58/4,3 |
| | 1 блюдо | 81/М:2022 | Суп «Паутинка» с фрикадельками | 250/250 | | 121,25 | 2,5 | 2,7 | 21,67 |
| | 2 блюдо | 234/М:200 5 | Суфле рыбное | 100/120 | | 274/328,8 | 14,8/ 17,76 | 18,8/ 22,56 | 11,6/13,92 |
| | гарнир | 694/М:202 2 | Картофельное пюре | 150/200 | | 180/240,0 | 3,15/4,2 | 6,9/9,2 | 26,25/35,0 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 50/50 | | 137 | 5,33 | 2,26 | 21,77 |
| | | 389/М:20 05 | сок фруктовый/компот | 200/200 | | 101,6 | 1 | 0 | 24,4 |
| | | | обед с чаем - 75 руб., обед с соком - 82 руб | | | | | | |
| Полдник | | 406/М:200 5 | Булочка с яблоком | 60/60 | | 143 | 3,7 | 1,9 | 27,78 |
| | | 376/М:20 05 | Чай с сахаром | 200/200 | | 60 | 0,10 | 0 | 15,5 |
| | | | | | 16 руб. | | | | |