

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

13.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	120/М:2005	Суп молочный с макаронными изделиями	200/200		114,2	3,4	3,82	16,56
	гор.напиток	376/М:2005	Чай с сахаром	200/200		60	0,1	0	15,5
		3/М:2005	Бутерброд с сыром	40/10		161	6,5	8,7	14,2
	закуска	66/М:2005	Морковь тёртая с изюмом	60/100		68,4/114	0,72/1,2	0,48/0,8	15,24/25,4
	фрукты	338/М:2005	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
			для 1-4 кл		56,60 руб.				
Обед	закуска	48/М:2005	Салат «Витаминный»	60/100		54/90	0,54/0,9	4,2/7,0	3,48/5,8
	1 блюдо	96/М:2005	Рассольник «Ленинградский» с перловой крупой	250/250		136,25	2,1	5,1	20,5
	2 блюдо	269/М:2005	биточек (с рисом)	80/100		259,2/324	12,48/15,6	16,96/21,2	14,08/17,6
	гарнир	143/М:2005	Рагу овощное	150/200		181,5/242	2,1/2,8	12,3/16,4	15,75/21
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50/50		137	5,33	2,26	21,77
		389/М:2005	сок фруктовый/компот	200/200		101,6	1	0	24,4
			обед с чаем- 75 руб., обед с соком - 82 руб.						
ПОЛДНИК		401/М:2005	Оладьи	60/60		193,2	4,56	7,88	26,04
		959/М:2022	Какао с молоком	200		150,8	3,76	2,82	26,74
					16 руб.				