

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

20.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204/М:2005	Макаронные изделия с тёртым сыром	150/200		339,0/452,0	12,3/16,4	15,45/20,6	37,5/50,0
		1/М:2005	Бутерброд с маслом	30/10		147	2,6	8,8	14,3
	закуска	59/М:2005	Морковь тертая с яблоком	60/100		33,0/55,0	0,66/1,1	0,12/0,2	7,26/12,1
	гор.напиток	376/М:2005	Чай с сахаром	200/200		60	0,10	0	15,5
	фрукты	338/М:2005	Фрукты по сезонности (яблоко, груша, банан)	150/200		78/104; 70,5/94; 150/200	0,6/0,8; 0,6/0,8; 2,25/3	0/0/0	18,9/25,2; 17,1/22,8; 35,4/47,2
				цена для 1-4 кл		56,60 руб.			
	Обед	закуска	43/М:2005	Нарезка из свежей капусты со свеклой	60/100		52,8/88,0	1,44/2,4	4,08/6,8
	1 блюдо	113/М:2005	Суп – лапша куриная	250/250		91,0	3,2	0,95	17,4
	2 блюдо	275/М:2005	Ленивые голубцы (зразы)	80/100		171,42/214,29	8,46/10,57	10,17/12,7	11,54/14,42
	гарнир	131/М:2005	Гороховое пюре	150/200		181,5/142,0	8,55/11,4	6,6/8,8	21,9/29,2
	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		424/М:2005	Булочка с сахаром	60/60		235,2	4,5	7,92	36,54
		342/М:2005	Компот из яблок	200/200		116,6	0,16	0	29
					16 руб				