

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

20.02.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|------------|---|------------|---------|-------------------------------|--------------------------------|------------|---------------------------------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 378/М:2022 | Гречка с сахаром | 200 | | 381 | 8,9 | 3,06 | 79,46 |
| | | 1/М:2022 | Бутерброд с маслом | 30/10 | | 147 | 2,6 | 8,8 | 14,3 |
| | закуска | 61/М:2005 | Салат «Прелесть» | 60/100 | | 75,6/126 | 0,9/1,5 | 3,6/6,0 | 9,9/16,5 |
| | 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 |
| | гор.напиток | 959/М:2022 | Какао с молоком | 200 | | 150,8 | 3,76 | 2,82 | 26,74 |
| | | | | для 1-4 кл | | 56,60 руб. | | | |
| Обед | закуска | 77/М:2022 | Нарезка из капусты с фасолью и огурцом | 60/100 | | 34,26/57,1 | 1,5/2,5 | 1,44/2,4 | 3,84/6,4 |
| | 1 блюдо | 218/М:2022 | Суп – лапша куриная | 250/250 | | 91 | 3,2 | 0,95 | 17,4 |
| | 2 блюдо | 457/М:2005 | Запеканка мясная | 100/120 | | 188,6/226,32 | 20,8/24,96 | 10,8/12,96 | 2,2/2,64 |
| | гарнир | 409/М:2022 | Гороховое пюре | 150/200 | | 181,5/142 | 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 «Домашняя» | 60/60 | | 235,2 | 4,5 | 7,92 | 36,54 |
| | | 376/М:2005 | Чай с сахаром | 200/200 | | 60 | 0,1 | 0 | 15,5 |
| | | | | | 16 руб. | | | | |