

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

09.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------|------------|---------|--------------|----------|----------|-----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 4 | каша молочная пшеничная | 200 | | 284,3 | 6,2 | 8,6 | 42,7 |
| | | | бутерброд с сыром | 40 | | 131,6 | 2,34 | 5,6 | 16,92 |
| | закуска | 302 | салат "Прелесть" | 60/100 | | 84,5/140,83 | 1,7/2,83 | 1,3/2,17 | 16,5/27,5 |
| | фрукты | | Фрукты по сезонности | 200 | | 118 | 3 | 0,2 | 43,6 |
| | гор.напиток | 685 | Чай с сахаром | 200/200 | | 35 | 0,1 | 0,02 | 9,9 |
| | | | | для 1-4 кл | | 61,30 руб | | | |
| Обед | закуска | 43 | нарезка из свежих капусты с огурцом | 60/100 | | 51/85 | 1,2/2 | 2,7/4,5 | 5,5/9,17 |
| | 1 блюдо | 103 | суп вермишелевый куриный | 250 | | 104,75 | 2,69 | 2,84 | 17,14 |
| | 2 блюдо | 279 | голубцы ленивые | 80 | | 223 | 11,78 | 12,91 | 14,9 |
| | гарнир | 197 | гороховое пюре | 200 | | 302,72 | 6,4 | 10,4 | 45,76 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 50/50 | | 137 | 5,33 | 2,26 | 21,77 |
| | | 639 | компот из сухофруктов | 200 | | 110 | 10 | 0,06 | 35,2 |
| Полдник | | | плюшка с сахаром | 60 | | 179 | 3,64 | 6,26 | 26,96 |
| | | 692 | кофейный напиток | 200 | | 118,8 | 2,24 | 2,1 | 25,03 |
| | | | | | 16 руб. | | | | |