

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

10.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	207	пирог "Шарлотка"	200		272	9,56	8,58	39,24
		15	сыр (порциями)	20		72,8	4,64	5,9	0
	закуска								
	фрукты		Фрукты по сезонности	200		118	3	0,2	43,6
	гор.напиток	693	какао с молоком	200		177,56	4,62	4,02	43,8
				цена для 1-4 кл		61,30 руб.			
Обед	закуска	45	винегрет	60/100		56,88/94,8	0,82/1,36	3,71/6,18	5,06/8,44
	1 блюдо	103	суп паутинка с куриным мясом	200/250		83,8/104,75	2,15/2,69	2,27/2,84	13,71/17,14
	2 блюдо	608	рыба тушеная	80		150	13,87	7,85	6,53
	гарнир	511	рис отварной с морковью и луком	150/200		162,3/224,6	2,38/4,76	5,26/7,85	1,24/2,35
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		137	5,33	2,26	21,77
		639	компот из сухофруктов	200		110	10	0,06	35,2
Полдник			блинчики с маслом	100		234	18,69	12,67	11,4
		377	Чай с лимоном	200		114,66	9,02	2,28	15,42
					16 руб.				