

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

26.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	297	каша молочная "Дружба"	150/200		213,5/284,3	4,65/6,2	6,45/8,6	36,8/42,7
		469	бутерброд с сыром	40		129,1	2,03	8,6	0,44
	закуска	49	морковь тертая с изюмом	60/100		65,4	0,57	4,3	15,2
	гор.напиток	377	чай с лимоном и сахаром	200		114,66	9,02	2,28	15,42
Обед	закуска	43	нарезка из свежей капусты с яблоком и морковью	60/100		54/104,7	1/1,67	3,1/5,17	9,6/17,14
	1 блюдо	142	суп из рыбной конервы	250		223,8	8,6	11,36	19,6
	2 блюдо	436	жаркое из курицы по-домашнему	150/200		284,6/326,2	7,33/9,78	12,3/14,1	14,91/19,88
			конфеты	50		267,5	2,75	16,2	28,05
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50/50		137	5,33	2,26	21,77
			сок фруктовый	200		92	1	0,2	20,2
Полдник		274	печенье	60		179	3,64	6,26	26,96
	гор.напиток	639	компот из сухофруктов	200		177,56	4,62	4,02	43,8
			батон пшеничный	20					
			яйцо вареное	40		63	5,1	4,6	0,3