

Школа

МБОУ многопрофильный лицей с.Малая Сердоба

Отд./корп

День

30.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	запеканка творожная	150/200		279,6/310,66	27,84/30,93	18/22,89	32,4/36
		1	бутерброд с маслом	40		129,1	2,03	8,6	0,44
	закуска								
	фрукты		фрукты по сезонности	200		118	3,0	0,2	43,6
	гор.напиток	278	напиток из шиповника	200		72,18	0,4	0,27	17,2
				1-4 кл		67,20 руб.			
Обед	закуска	43	нарезка из свежей капусты и яблок	60/100		51/85	1,2/2	2,7/4,5	5,5/9,17
	1 блюдо	88	щи рыбные	250		84,75	1,75	4,89	8,48
	2 блюдо	462	котлета мясная	100		191,33	8,8	13,06	9,66
	гарнир	40	макароны отварные с подливом	200		209,9	7,14	0,74	25,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50/50			5,33	2,26	21,77
		639	компот из сухофруктов	200		110	10	0,06	35,2
			обед с охлаждённым напитком - 83,00 руб, обед с соком - 88 руб.						
Полдник			плюшка с сахаром	60		179	3,64	6,26	26,96
	гор.напиток		напиток витаминный из апельсина и лимона	200		72,8	0,4	0,27	17,2
					16,00 руб.				