

Школа

ГБОУ НШ с. Арзамасцевка

Отд./корп

День

07.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Птица тушеная в соусе	100		142			
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		61			
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		70			
	гарнир		Каша гречневая с маслом сливочным	150		153			
	закуска		Салат из свеклы отварной	60		58			
				540	62,20	485			
Витаминизация	фрукты		фрукт	100	19,09	42			
Обед	закуска		Салат овощной с кукурузой и морковью	60		58			
	1 блюдо		Рассольник Ленинградский со сметаной, зеленью	207		103			
	2 блюдо		Рыба тушеная с овощами	100		108			
	гарнир		Пюре картофельное с м/сливочным	150		131			
	сладкое		Компот из сухофруктов + С витамин	200		124			
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30		70			
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		78			
	Итого			777	87,10	672			
	Всего			1417	168,39	1199	39	39	173