

Школа

МОУ Алёшкинская ОШ

Отд./корп

-

День

четверг 26.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная "Дружба"	200		168	4	5	26
	гор.напиток		какао с молоком	200		118	4	3	17
	хлеб		бутерброт с маслом и сыром	30/5/15.		157	6	8	15
Завтрак 2			сок фруктовый	100		42	0	0	10
Обед	закуска		салат из свеклы с маслом растительным	60		56	0	4	5
	1 блюдо		Рассольник со сметаной на к/бульоне	200		104	8	5	10
	2 блюдо		курица отварная порционная	80		194	18	13	0
	гарнир		макароны отварные с маслом сливочным	150		200	5	4	36
	сладкое		напиток апельсиновый	200		72	0	0	18
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40		94	3	0	20
	хлеб черн.								
Полдник			омлет натуральный	140		240	14	24	2
			хлеб пшеничный	30		53	2	0	11
			чай	200		44	0	0	11