

Школа

МОУ Алёшкинская ОШ

Отд./корп

-

День

четверг 23.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная овсянная	200		271	8	12	33,7
	гор.напиток	381	Кофейный напиток	200		27	0,5	0,3	6
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	20		47	1,5	0,2	10
		50,23	Лепешка с сыром	100		266	10	7	41
		<i>итого</i>		520		611	20	19,5	90,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	16	Овощи натуральные, порционно кукуруза	30		16	0,6	0	3
	1 блюдо	99-У	Суп овощной	200		97	5	4,5	9
	2 блюдо	279-У	Тефтели "Детские" с овощами тушенными	90		302	14	19	19
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150		139	3	5	20
	напиток	54-7хн	Каомпот из смородины	200		36	0,3	0,1	8
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	пром	Хлеб ржано-пшеничный	50		98	3,3	0,6	20
		<i>итого</i>		720		688	26,2	29,2	79