

Школа

МОУ Алёшкинская ОШ

Отд./корп

-

День

пятница 27.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150		225,5	13	18	3,2
	гор.напиток	23	Чай витаминизированный	200		21	0,5	0	5
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный	50		117	4	0,4	25
	фрукты	пром	Банан	130		123	2	0,7	27
		<i>итого</i>			530		486,5	19,5	19,1
Завтрак 2									
Обед	закуска	17	Нарезка овощная "Ассорти"	30		6	0,4	0	1,1
	1 блюдо	392,32-У	Пельмени "Детские" отварные с бульоном	200		364	18	19	31
	2 блюдо	234-У	Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом	90		254	15	11	24
	гарнир	54-6г	Рис отварной	150		203	3,6	5	36
	напиток	343-У	Компот из фруктово-ягодной смеси	200		55	0,5	0,1	13
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	пром	Хлеб ржано-пшеничный	50		98	3,3	0,6	20
		<i>итого</i>			720		980	40,8	35,7