

Школа

ГКОУ УР "Школа № 79"

Отд./корп

День

12.10.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша пшенная молочная	200	20,45	278, 96	8, 05	9, 25	41, 41
	гор.напиток	147	Чай с / с	200	3,00	53, 23	0, 18	0, 04	13, 76
	хлеб	2	Батон школьный	58, 51	3, 44	176, 92	5, 02	2, 23	34, 15
		15	Сдоба с вареной сгущенкой	50	7, 03	149, 66	3, 97	2, 79	27, 50
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60	12, 73	41, 48	0, 62	3, 05	3, 08
	1 блюдо	39	Суп крестьянский на окорочках	200/ 12, 5	22, 70	109, 31	5, 13	4, 83	11, 78
	2 блюдо	79	Рыба тушеная с овощами	50/ 50	50, 23	131, 41	12, 26	7, 92	3, 14
	гарнир	92	Картофельное пюре	150	19, 49	145, 34	3, 09	5, 31	21, 58
	сладкое								
	хлеб бел.	2	Батон школьный	58, 14	3, 43	174, 95	4, 99	2, 22	33, 93
	хлеб черн.								
		158	Напиток из шиповника	200	12, 56	118, 98	0, 64	0, 25	31, 18