

Школа

ГКОУ УР "Школа № 79"

Отд./корп

День

10.01.2024г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша пшенная молочная	200	20,89	278, 96	8, 05	9, 25	41, 41
	гор.напиток	147	Чай с молоком	200	8,00	77, 03	1, 55	1, 14	15, 94
	хлеб	2	Батон школьный	50	3, 18	150, 45	4, 29	1, 91	29, 18
		15	Сдоба "Выборгская"	50	5, 19	158, 56	3, 53	2, 87	30, 14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	39	Борщ со свежей капусты на окорочках	250/ 12, 5	28, 59	140, 82	5, 52	7, 50	13, 77
	2 блюдо	83	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	1	56, 15	180, 41	13, 56	11, 90	5, 31
	гарнир	92	Картофельное пюре	150	18, 89	145, 34	3, 09	5, 31	21, 58
	сладкое								
	хлеб бел.	2	Батон школьный	68	4, 76	204, 62	5, 83	2, 59	39, 69
	хлеб черн.								
		158	Напиток "Здоровье"	200	16, 30	92, 40	0, 11	0, 07	23, 93