

Школа

ГКОУ УР "Школа № 79"

Отд./корп

День

08.11.2024г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------|------------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 173 | Каша пшеничная молочная | 200 | 30,65 | 292, 40 | 8, 18 | 10, 03 | 43, 06 |
| | гор.напиток | 685 | Чай с молоком | 200 | 7, 94 | 77, 03 | 1, 55 | 1, 14 | 15, 94 |
| | хлеб | 2 | Батон школьный | 52, 1 | 3, 40 | 150, 45 | 4, 29 | 1, 91 | 29, 18 |
| | | 268 | Десерт в фруктовом соусе | 70, 4 | 15, 96 | 89, 36 | 0, 32 | 0, 17 | 23, 04 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 41 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250/ 12, 5 | 26, 97 | 127, 22 | 5, 54 | 7, 51 | 10, 11 |
| | 2 блюдо | 155 | Гуляш куриный | 50/ 50 | 46, 56 | 119, 90 | 13, 24 | 5, 38 | 4, 78 |
| | гарнир | 97 | Макароны отварные | 150 | 20, 73 | 199, 76 | 5, 45 | 4, 23 | 35, 10 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | 2 | Батон школьный | 100 | 6,80 | 300, 91 | 8, 58 | 3, 81 | 58, 36 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | 685 | Чай с сахаром | 200 | 2, 92 | 53, 23 | 0, 18 | 0, 04 | 13, 76 |
| | | 280 | Масло сливочное | 5 | 8, 01 | 33, 03 | 0, 04 | 3, 63 | 0, 07 |