

Школа

МБОУ Малышевская СОШ завтрак: 1-4 классы,обед: 1-11 классы

Отд./корп

День

29.11.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 679 | Каша пшенная с маслом сливочным | 205 | 11,23 | 359 | 27 | 27 | 2 |
| | гор.напиток | 951 | Кофейный напиток | 200 | 2,78 | 107 | 3 | 4 | 29 |
| | хлеб | 1 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 57 | 19,90 | 177 | 12 | 10 | 16 |
| | закуска | 424 | Яйцо вареное | 40 | 8,00 | 63 | 5 | 5 | 0 |
| | фрукты | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | конд.изд. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 42 | Салат из свежей капусты | 80 | 3,50 | 109 | 2 | 6 | 11 |
| | 1 блюдо | 187 | Щи из свежей капусты с мясом | 250 | 15,79 | 122 | 9 | 6 | 9 |
| | 2 блюдо | 608 | Котлета мясная | 80 | 30,68 | 183 | 12 | 9 | 13 |
| | гарнир | табл.4 | Рис отв. рассыпчатый с соусом красн.осн. | 230 | 13,79 | 281 | 5 | 9 | 38 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 50 | 2,70 | 86 | 3 | 0 | 18 |
| | гор.напиток | 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 3,52 | 94 | 0 | 0 | 25 |