

Школа

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

Отд./корп

День

05.12.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 608/679 | Гуляш из говядины с гречей отварной рассыпчатой | 230 | 48,93 | 287 | 16 | 14 | 25 |
| | гор.напиток | | Сок фруктовый | 200 | 16,00 | 92 | 0 | 0 | 23 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 40 | 2,16 | 82 | 3 | 0 | 17 |
| | салат | | Салат из свежей моркови с растит.маслом | 60 | 2,63 | 56 | 1 | 4 | 5 |
| | десерт | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 15 | Винегрет овощной | 80 | 10,06 | 129 | 2 | 10 | 7 |
| | 1 блюдо | 206 | Суп гороховый с курицей | 250 | 11,45 | 134 | 5 | 5 | 16 |
| | 2 блюдо | 637 | Печень по-строгоновски | 105 | 34,32 | 209 | 17 | 11 | 3 |
| | гарнир | 688 | Макароны отварные | 180 | 8,42 | 203 | 6 | 5 | 32 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 50 | 2,70 | 102 | 3 | 0 | 21 |
| | гор.напиток | 648 | Кисель фруктовый | 200 | 4,56 | 132 | 0 | 0 | 33 |