

Школа

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

Отд./корп

День

07.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	469	Запеканка из творога со сгущенным молоком	214	72,16	280	28	18	32
	гор.напиток	943	Чай сладкий с лимоном	207	2,74	42	0	0	10
	хлеб								
	фрукты		Мандарины	100	12,06	33	1	0	2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	2	Салат из свежей моркови с раст.мас.	80	3,45	75	1	5	7
	1 блюдо	170	Борщ с мясом	250	16,45	103	2	5	125
	2 блюдо	304	Плов с мясом	250	29,83	471	25	21	45
	гарнир								
	сладкое		Пряники	65	14,48	241	3	4	47
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,70	102	3	0	21
	гор.напиток	959	Какао витаминиз. с молоком	200	12,34	145	4	4	25