

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

06.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет натуральный	150	22,62	268	14	22	3
	гор.напиток	951	Кофейный напиток	200	10,00	105	2	1	24
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5,40	113	4	0	25
	фрукты		Яблоки	100	12,00	47	0	0	10
	закуска		Помидор	60	7,88	29	1	0	5
Завтрак 2	фрукты	42	Сыр Российский	15	12,28	55	3	4	0
					70,18				
Обед	закуска	15	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	12,85	74	1	6	4
	1 блюдо	170	Борщ из свежей капусты	200	19,86	82	1	4	100
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	230	29,97	388	21	24	22
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый + вит.С	200	13,56	88	1	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	5,40	113	4	0	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	5,10	85	3	1	17
					86,74				




 Мухомов Алексей Степанович

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	200	346	19	28
	гор.напиток	951	Кофейный напиток	200	105	2	1
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	113	4	0
Завтрак 2		42	Сыр (порционно)	15	55	3	4
	фрукты		Помидор	50	24	1	0
Обед			Яблоко	100	47	0	0
	закуска	38	Салат из помидоров и огурцов	100			
	1.блюдо	170	Борщ из свежей капусты	250	85	2	0
	2.блюдо	436	Жаркое по-домашнему	230	103	2	5
	гарнир				388	21	24
	сладкое		Сок фруктовый	200			
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	88	1	0
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	113	4	0
					85	3	1
							
			Утверждаю Директор: <i>Н.Н.Барыкина</i>				