

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

20.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	390	Каша манная (молочная)	200	18,45	187,150	4,290	3,870	33,690
	гор.напиток	943	Чай с лимоном	200	6,00	46,033	0,434	0,000	12,725
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	4,40	113,220	3,800	0,450	24,900
			38 Салат из моркови	60	6,77	41,364	0,481	2,300	4,996
Завтрак 2		42	Сыр (порционно)	15	11,60	54,600	3,480	4,430	0,000
	Фрукты		Яблоки	150	16,50	70,500	0,600	0,600	14,700
Обед	закуска	25	Салат витаминный	60	8,00	52,340	1,370	4,080	8,840
	1 блюдо	210	Суп с консервированными бобовыми (фасолью)	200	17,60	107,800	4,390	4,220	13,060
	2 блюдо	244	Рыба припущенная с овощами	90	19,71	42,000	6,120	0,810	2,540
	гарнир	694	Картофельное пюре	150	9,60	137,250	3,060	4,800	20,450
	сладкое	859	Компот из свежих яблок	200	6,81	110,000	0,200	0,200	22,300
			Хлеб пшеничный	50	4,40	113,220	3,800	0,450	24,900
			Хлеб ржаной	50	3,50	85,000	2,750	0,500	17,000
			Директор: /Н.Н.Барыкина/		69,62				



Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

20.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	390	Каша манная (молочная)	200	18,75	187,150	4,290	3,870	33,690
	гор.напиток	943	Чай с лимоном	200	6,00	46,033	0,434	0,000	12,725
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	4,40	113,220	3,800	0,450	24,900
		38	Салат из моркови	100	7,20	82,728	0,962	4,600	9,992
Завтрак 2		42	Сыр (порционнo)	15	11,60	54,600	3,480	4,430	0,000
			Яблоки	100	11,00	70,500	0,600	0,600	14,700
Обед	закуска	25	Салат витаминный	100	11,00	87,230	2,280	6,800	14,730
	1 блюдо	210	Суп с консервированными бобовыми (фасолью)	250	26,27	107,800	4,390	4,220	13,060
	2 блюдо	244	Рыба припущенная с овощами	100	20,87	52,500	7,650	1,010	3,180
	гарнир	694	Картофельное пюре	200	11,57	183,000	4,080	6,400	27,260
	сладкое	859	Компот из свежих яблок	200	6,81	110,000	0,200	0,200	22,300
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,40	113,220	3,800	0,450	24,900
			Хлеб ржаной	50	3,50	85,000	2,750	0,500	17,000
					143,37				
Обед									

