

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

21.11.2024

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		42	Сыр Российский	15	12,28	55	3	4	0
	фрукты				70,18				
Обед	закуска	38	Салат из моркови	60	12,85	24	1	0	5
	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				



*С.Н.Селищина*  
*М.В.Селищина*

