

Прием пищи	Раздел	№ п.ч.	Блюдо	Выход, г	Лена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	94	Суп молочный с пшенной крупой	200	19,87	147	6	5	19
	гор.напиток	943	Чай с лимоном	200	6,00	46	0	0	13
	закуска	424	Яйцо вареное	60	10,00	75	6	6	0
	хлеб	3	Булбурд с маслом и сыром	50	16,85	395	14	13	60
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	100	11,00	47	0	0	10
					63,72				
Обед	закуска	38	Салат из моркови	60	7,31	41	0	2	5
	1 блюдо	201	Суп крестьянский	200	16,11	119	5	6	12
	2 блюдо	511	Котлета рыбная	90	22,20	107	11	4	8
	гарнир	694	Картофельное пюре	150	9,60	137	3	5	20
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	200	6,50	94	0	0	25
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,40	113	4	0	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,50	85	3	1	17
					69,62				



Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./конт

День

24.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ п.п.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	94	Суп молочный с пшенной крупой	200	19,87	147	6	5	19
	гор.напиток	943	Чай с лимоном	200	6,00	46	0	0	13
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	4,40	113	4	0	25
		424	Яйцо вареное	40	10,00	75	6	6	0
		3	Бутерброд с маслом и сыром	50	16,85	395	14	13	60
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	100	11,00	47	0	0	0
Обед	закюска	38	Салат из моркови	100	8,20	107	1	7	9
	1 блюдо	201	Суп крестьянский	250	18,88	148	6	8	16
	2 блюдо	511	Котлета рыбная	90	22,20	107	11	4	8
	гарнир	694	Картофельное пюре	200	11,57	183	4	6	27
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	200	6,50	94	0	0	25
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,40	113	4	0	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,50	85	3	1	17
						143,37			



Утверждаю
 Директор: /Барыкина Н.Н./