

Школа

МОБУ СОШ с.Верхний Изяк

Отд./корп

День

06.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160		283,91	9,43	12,55	33,06
	гор.напиток	282,11	Чай витаминизированный	200		39			9,70
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50		130	4,00	0,50	27,50
		401,08	Масло сливочное	8		52,88	0,06	5,80	0
		38	Яблоко	100		47	0,40	0,40	9,80
			Итого за завтрак			552,79	13,89	19,25	80,16
Обед									
	1 блюдо	56,21	Суп мелкошинкованный овощами со сметаной	250/10		107,06	2,14	5,76	11,48
	2 блюдо	131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180		359,21	15,21	16,65	37,28
		283	Чай с сахаром	200		39,90			9,98
			Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		104,00	3,20	0,40	22,00
		421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40		88	3,2	0,4	18,40
			Итого за обед			698,17	23,75	23,21	99,14
			Итого за день			1250,96	37,64	42,26	179,30