Школа МОБУ СОШ с.Верхний Изяк Отд./корп День 07.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40		180,64	8,76	12,21	8,85
	гор.напиток	175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/40		127	4,13	3,97	18,61
		283	Чай с сахаром	200		39,90			9,98
		420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		104,00	3,20	0,40	22,00
		476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100		62	3,20	3,20	4,50
			Итого за завтрак			513,08	19,29	19,78	63,94
Обед	1 блюдо	25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60		76,73	1,12	5,07	6,58
	2 блюдо	66,63	Суп-лапша	200		97,08	2,22	4,23	12,49
	гарнир	97,64	Жаркое по-домашнему	180		257,88	11,56	14,11	21,08
		283	Чай с сахаром	200		39,90			9,98
		420,06	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50		130	4	0,50	27,50
		421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40		88,00	3,20	0,40	18,40
			Итого за обед			689,20	22,10	24,30	96,00
			Итого за день			1202,31	41,39	44,09	159,97