директор

Школа МБОУ "Новосолянская СОШ №1" Отд./корп

День 10.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 132 | омлет натуральный | 150 | 28,60 | 434 | 17 | 24 | 35 |
| | гор.напиток | 301 | чай с сахаром | 200 | 2,90 | 102 | 0 | 0 | 25 |
| | хлеб | г.п. | хлеб рж.пшеничный | 30 | 1,90 | 121 | 2 | 1 | 11 |
| | | 106 | сыр порциями | 15 | 9,70 | 55 | 3 | 4 | 3 |
| | фрукты | | яблоко | 120 | 16,80 | 47 | 0 | 0 | 10 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 42 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200 | 12,50 | 145 | 3 | 6 | 23 |
| | 2 блюдо | 213 | птица тушеная в сметанном соусе | 100 | 25,12 | 169 | 16 | 9 | 3 |
| | гарнир | 224 | рис отварной | 150 | 10,60 | 257 | 4 | 8 | 35 |
| | сладкое | 283 | компот из сухофруктов | 200 | 6,50 | 120 | 0 | 0 | 29 |
| | хлеб бел. | г.п. | хлеб белый | 30 | 2,60 | 121 | 2 | 1 | 11 |
| | хлеб черн. | г.п | хлеб черный | 30 | 1,90 | 60 | 1 | 0 | 9 |
| | фрукты | | яблоко | 120 | 16,80 | 47 | 0 | 0 | 10 |
| | | | | | | | | | |