

Школа

МБОУ "Лесокамская ООШ" филиал "Сейвинская ООШ"

Отд./корп

5-9 кл.

День

13.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор. блюдо	115	Каша ячневая	205		246,87	7,23	6,67	39,54
	хлеб	377	Бутерброд с маслом	50		117,86	0,55	9,69	6,60
	гор. напиток	269	Какао с молоком	200		153,92	3,77	3,93	25,95
Обед	закуска								
	1 блюдо	42	Рассольник Ленинградский	250		128	8	12	48
	2 блюдо	173	Тефтели мясные	100		310	18	21	12
	гарнир	227	Макаронны отварные	150		281	7	7	47
	соус	265	Соус томатный	30		17		1	2
	хлеб бел.	482	Хлеб пшеничный	60		174	5	2	36
	хлеб черн.	481	Хлеб ржаной	20		22	1		4
сладкое	280	компот из сухоф	200		92			23	
				0					

13 октября 2023.

		ВЫХОД	ККАЛ
Завтрак	каша ячневая	0,205	247
	бутиероод с маслом	30/50	117
	какао с молоком	0,2	154
чзав	Сок	0,1	18
Обед	Рассольник Ленинградский с редисом	0,2	128
	Тертая из говядины	0,07	218
	Макаронные изделия отв.	0,1	141
	Салат томатный	0,03	17
	Хлеб пшеничный	0,05	173
	Копей из сахара-в	0,2	23
Полдник	Шаметка картофельная	0,06	227
	чай с лимоном	0,2	49