

Школа

МБОУ "Лесокамская ООШ" филиал "Сейвинская ООШ"

Отд./корп

5-9 кл.

День

19.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	107	Каша манная молочная жидкая	205		222,02	6,20	8,05	31,09
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200		153,92	3,77	3,93	25,95
	хлеб	379	Бутерброд с маслом	50		117,86	0,55	9,69	6,60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закюска								
	1 блюдо	51	суп крестьянский с крупной на мк/б со смет.	250		151	5	8	15
	2 блюдо	187	кнели из говядины паровые	90		263	16	19	6
	гарнир	219	каша гречневая рассыпчатая	150		423	14	9	72
	соус	265	соус томатный	30		17	0	1	2
	хлеб бел.	482	Хлеб пшеничный	60		174	5	2	36
	хлеб черн.	481	Хлеб ржаной	20		22	1	0	4
сладкое	280	компот из сухофруктов	200		92	0	0	23	

13 ноября 2023

		Выход	ККАЛ
Завтрак	Каша "Фружба"	0,205	241
	какао с молоком	0,2	154
	Хлеб пшеничный	0,03	87
Позав.	Сок	0,1	18
Обед	Суп картофельный с добавками мяса	0,2	87
	Котлета рыбная	0,07	131
	рис отварной	0,1	26
	соус томатный	0,03	17
	хлеб пшеничный	0,05	174
	Кефир	0,2	116
Полдник	Ватрушка с твердым	0,06	219
	чай с лимоном	0,2	49