

Школа

МБОУ "Лесокамовочка" филиал "Сейвинская ООШ"

Отд./корп

5-9 кл.

День

13.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	102	Каша "Дружба"	205		241,11	6,55	8,33	35,09
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200		153,92	3,77	3,93	25,95
	хлеб		Хлеб пшеничный	50		144,82	1,50	1,63	29,88
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	45	суп картофельный с бобовыми	250		109	5	5	29
	2 блюдо	279	котлеты /биточки/ рыбные	90		129	10	4	13
	гарнир	224	рис отварной	150		210	20		
	соус	265	соус томатный	3012		28		1	2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		174	5	2	36
хлеб черн.		Хлеб ржаной	20		22	1		4	
сладкое									
выпечка		274	кисель из концентрата плодового или ягодного	200		117	1		29

13 декабря 2022

		Выход, КК	
Завтрак	Кашиа "Бружба"	0,20	21
	хлеб пшеничный	0,03	8
	какао с молоком	0,2	15
Пзав		0,1	10
Сок			
		Выход	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на зак. 15	0,2	8
	котлета рыбная	0,07	13
	Рис отварной	0,1	15
	салат томатный	0,03	17
	хлеб пшеничный	0,06	17
	Кисель	0,2	10
		Выход	
Полдник	Ватрушка с творогом	0,06	4
	Чай с молоком оружит	0,2	1