

Школа

МБОУ "Лесокалочка" филиал "Сейвинская ООШ"

Отд./корп

5-9 кл.

День

05.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	104	Каша гречневая молочная	205		246,17	7,94	8,21	35,13
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200		153,92	3,77	3,93	25,95
	хлеб	382	Бутерброд с повидлом	60		123,60	1,00	4,00	20,60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	47	суп картофельный с макаронными изделиями	250		134	5	3	37
	2 блюдо	212	куры отварные	100		345	26	26	1
	гарнир	224	рис отварной	150		224	5	6	48
	соус	265	соус томатный	50		28		2	3
	хлеб бел.	482	Хлеб пшеничный	60		173	2		15
	хлеб черн.	481	Хлеб ржаной	20		22	2		10
сладкое	274	кисель из концентрата плодового или ягодного	200		117	1		29	
	выпечка								

05 декабря 2023

		Выход	ККАЛ
Завтрак	каша гречневая молочная	0,205	246
	бутиероод с повидлом	30/10	123
	какао с молоком	0,2	154
И-зав		0,1	18
Сок			
Обед	Суп картофельной с макар. и здр.	0,2	107
	Рис отварной	0,1	150
	Птица отварная	0,07	242
	Соус томатный	0,03	16,85
	Хлеб пшеничный	0,05	173
	Кисель	0,2	116
Полдник			
	ст картофельной с зеленым горохом	0,1	157
	чай с лимонной апельсином	0,2	61