

Школа

МБОУ "Лесокамышка" филиал "Сейвинская ООШ"

Отд./корп

5-9 кл.

День

19.02.24

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	112	Каша пшённная молочная жидкая	205		227,16	6,04	7,27	34,29
	гор.напиток	286	Напиток кофейный на молоке	200		118,69	2,79	3,19	19,71
	хлеб	382	Бутерброд с повидлом	50		123,60	0,95	4,00	20,60
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	72	суп картофельный с рыбными консервами	250		185	7	8	21
	2 блюдо	189	котлета/биточка/шницель	90		263	16	19	6
	гарнир	189	картофельное пюре	150		215	4	8	31
	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	300	чай с сахаром	200		49			12
выпечка	319								

13 февраля 2024

		ккал	Витамин
Завтрак	каша пшеничная малосолная мед.	227	0,205
	хлеб с повидлом	123	30/10
	напиток кофейный на молоке	118	0,2
Итого		18	0,1
Сок			
		ккал	Витамин
Обед	Суп картофельный с рыбой консерв.	147	0,2
	котлета	176	0,07
	пюре картофель-е	107	0,1
	салат томатный	17	0,03
	чай с сахаром	49	0,2
	хлеб пшеничный	0,05	174
			Витамин
Полдник	Витамин с овсянкой	0,1	129
	чай с лимоном	0,2	49