

Школа

МБОУ "ООШ с.Комаровка"

Отд./корп

День

20.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша пшенная	200	16.66	249	7	31	10
	гор.напиток		чай	200	4.50	100			25
	хлеб		хлеб, масло, сыр	40/10/10	24.80	420	79	20	26
	хол.напиток								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		нарезка: огурец, помидор	100	14.16	62	1	11	3
	1 блюдо		рассольник	300	27.50	151	5	7	18
	2 блюдо		рис, котлета, подлив	100/90/40	24.60	123	18	14	7
	гарнир								
	сладкое		конфета	50	30.00	173	3	5	38
	хлеб бел.			80	4.50	226	8	1	50
	хлеб черн.								
	хол.напиток		компот	200	10.00	94			25
		яблоко	100	20.00	68	1	1	18	