

Школа

МАОУ "СОШ с УИОП № 3"

Отд./корп

День

28.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Огурец свежий	.020		3	0.16	0.02	0.5
	1 блюдо		Свекольник со сметаной**	0.200\5		132	1.98	4.36	12.44
	2 блюдо		Биточек Белорусский /гов.+окороч./	0.080		128	9.99	8.45	6.72
	гарнир		Рис припущенный с овощами**	0.130		160.33	3.09	5.22	29.42
	напиток		Чай с сахаром**	0.200		60	0.1	0	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	1кус		57	2.03	0.03	11.65
	хлеб		Хлеб дарницкий	1кус		50	1.82	0.3	9.35
						75.50	590	19	18