

Школа

МАОУ "СОШ с УИОП № 3"

Отд./корп

День

29.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Икра морковная=	0.030		35	0.72	2.13	3.12
	1 блюдо		Суп крестьянский с рисом со сметаной**	0.200\5		112.8	1.85	6.19	12.34
	2 блюдо		Биточек "Уральский"/свинина,минтай/	0.090		200	16.68	5.29	7.76
	соус		Соус овощной +	0.030		88	0.98	1.56	6.43
	гарнир		Картофельное пюре**	0.150		138	3.15	6.6	16.35
	напиток		Чай с лимоном**	.200/7		61	0.1	0	15.2
	хлеб		Хлеб пшеничный	1кус		57	2.03	0.03	11.65
	хлеб		Хлеб дарницкий	1кус		50	1.82	0.3	9.35
						75.50	742	27	22