

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп 1-4 кл

День

03.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	229	Рыба тушеная овощами	1/100/5	57,65	204,00	14,30	7,80	7,20
	гор.блюдо	305	Рис припущенный	1/180/5	10,61	200,00	3,64	4,30	26,67
	гор.напиток	376	Чай с сахаром лимоном	1/200/10/7	2,63	40,00	0,30	0,10	9,50
	хлеб		Хлеб ржано пшеничный	1/40	1,93	69,60	1,98	0,36	10,02
	фрукты		Банан свежий	1/170	23,9	170	2,18	0	35,4
					96,72	683,60	23,35	12,68	96,85
Обед	закуска								
	1 блюдо	80	Суп картофельный крупой	1/250	5,59	129,50	2,18	4,39	14,29
	2 блюдо	294	Котлета куриная	1/100	32,04	308,50	16,64	15,34	30,29
	гарнир	137	Рагу из овощей	1/180/5	16,34	262,00	2,15	11,10	13,40
	напиток	342	Напиток шиповника	1/200	5,48	143,80	0,68	0,28	20,75
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,45	52,20	1,98	0,36	10,02
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/30	1,39	70,50	2,37	0,30	14,49
					62,29	966,50	26,00	31,77	103,24

