

Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

1-4 кл

День

14.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	кисломол.									
	закуска	306	Горошек зелёный консервированный	1/60	16,70	78,16	1,86	2,64	10,80	
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	1/159/5	47,69	254,20	17,40	17,50	14,99	
	гор.напиток	457	Чай сахаром	1/200/10	1,41	38,00	0,20	0,10	9,30	
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/40	1,93	94,00	3,16	0,40	19,32	
	фрукты	338	Яблоко свежее	1/120	10,93	79,53	0,48	0,48	11,94	
						78,66	543,89	23,10	21,12	66,35
Обед	закуска									
	1 блюдо	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной	1/250/5	8,94	102,50	1,82	4,91	12,74	
	2 блюдо	279	Тефтеля из говядины	1/100/50	55,15	353,33	18,18	20,88	22,98	
	гарнир	203	Макароны отварные	1/180/5	8,51	225,50	5,70	6,07	32,00	
	напиток	436	Компот сухофруктов	1/200	4,01	84,00	0,60	0,10	20,10	
	хлеб .		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,39	52,20	1,98	0,36	10,02	
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/30	1,45	70,50	2,37	0,30	14,49	
						79,45	888,03	30,65	32,62	112,33



Школа

МБОУ СОШ № 111

Отд./корп

1-4 кл

День

15.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	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	1,85	69,60	1,98	0,36	10,02
	фрукты		Банан свежий	1/170	23,9	170	2,18	0	35,4
						96,64	683,60	23,35	12,68
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	32,07	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	388	Напиток шиповника	1/200	5,48	143,80	0,68	0,28	20,75
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,39	52,20	1,98	0,36	10,02
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/30	1,45	70,50	2,37	0,30	14,49
						62,32	966,50	26,00	31,77



