

Школа

МБОУ СОШ № 111 О/л 11-17 лет

Прием пищи		Отд./корп		ДРУЖБА		День		14.07.2023	
Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	14	Масло сливочное		1/10	7,46	66,10	0,08	7,26	0,14
	71	Помидор свежий		1/100	8,06	26,00	1,20	0,20	4,67
	210	Омлет натуральный		1/212/10	48,50	312,00	23,20	23,30	19,98
	392	Чай с сахаром		1/200/10	1,31	38,00	0,20	0,10	9,30
	338	Яблоко свежее		1/200	17,85	88,70	0,80	0,67	19,70
		Хлеб пшеничный		1/40	1,88	94,60	3,20	0,41	19,37
Обед					85,06	625,40	28,68	31,94	73,16
	закуска								
	1 блюдо	82	Борщ с капустой картофелем со сметаной						
	2 блюдо	289	Рагу из птицы		1/250/5	9,79	102,50	4,91	12,74
	гарнир	71	Огурец свежий		1/100/180	56,68	13,51	8,66	25,72
	сладкое	436	Компот сухофруктов		1/100	7,12	16,00	0,80	3,40
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный		1/200	4,43	84,00	0,28	27,88
	хлеб белый		Хлеб пшеничный		1/40	1,99	69,60	1,64	13,36
					1/40	1,88	94,60	3,20	19,37
						81,89	602,26	14,56	94,62

