

Школа

МБОУ Кизнерская СОШ №1

Отд./корп

День

31.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			каша рисовая	200	17.83	206.22	5.72	7.62	34.24
			чай с сахаром	200	1.74	111.56	0.88	0.34	29.80
			батон с маслом	30/30	36.43	213.34	4.66	9.64	27.14
			хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
Обед	закуска		нарезка из огурцов	60	6.00	11.39	0.67	0.11	2.21
	1 блюдо								
	2 блюдо		пельмени отварные	150	63.91	348.86	15.88	20.05	26.55
	гарнир								
	хлеб бел.		хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
	соус								
	напиток		чай с сахаром	200	1.74	111.56	0.88	0.34	29.80
	хлеб дар.		хлеб дарн	30	2.19	61.80	1.97	0.37	12.18
Полдник	фрукты		яблоко	150	19.80	71.34	1.27	0.87	15.09
	напиток		коктейль	200	23.98	154.00	5.60	6.40	18.60
	выпечка								
	сладкое								

178.96

