

Школа

МБОУ Кизнерская СОШ №1

Отд./корп

День

5/12/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
Обед	закуска		квашеная капуста	40	3.91	10.13	0.61	0.18	1.61
	1 блюдо								
	2 блюдо		котлета мясная	90	27.07	189.55	11.98	13.13	5.89
	гарнир		гречка отварная	180	10.12	168.77	6.92	3.13	34.11
	хлеб бел.		хлеб пшен	30	2.46	73.52	2.40	0.51	14.56
	соус		подлив	30	3.13	27.29	1.36	2.15	2.07
	напиток		чай с сахаром	200	1.65	79.10	1.80	0.46	21.48
	хлеб дар.								
Полдник	фрукты								
	напиток								
	выпечка								
	сладкое		сырок	45	21.01	135.90	20.75	6.75	71.10

69.35

