

Школа

МБОУ Кизнерская СОШ №1

Отд./корп

День

6/18/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			суп молочный с вермишелью	200	19.30	263.90	8.20	7.55	34.25
	напиток		чай с сахаром и лимоном	200	3.54	111.88	0.88	0.34	29.92
			батон с джемом	30/30	19.32	149.02	2.65	0.33	33.43
			хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
Обед	закуска		салат капуста с огурцами	100	9.65	44.11	1.48	2.49	4.39
	1 блюдо		суп щи	250	19.34	122.70	6.88	6.42	10.05
	2 блюдо		колбаса запеченная	90	37.35	240.30	13.50	20.70	0.00
	гарнир		картофельное пюре	180	23.22	189.76	3.65	7.96	24.93
	хлеб бел.		хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
	соус								
	напиток		напиток из шиповника	200	5.28	70.00	1.76	1.40	17.50
	хлеб дар.		хлеб дарн	30	2.19	61.80	2.04	0.33	12.43
Полдник	фрукты		груша	150	49.95	93.62	1.46	0.74	21.68
	напиток								
	выпечка		йогурт	150	31.46	146.56	5.35	3.54	22.74
	сладкое		чоко пай	30	13.20	129.00	1.30	5.40	18.90

239.14

