

Школа

МБОУ Кизнерская СОШ №1

Отд./корп

День

19.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			творожно-рисовая запеканка	150	33.41	259.77	12.52	8.49	31.92
	напиток		чай с сахаром	200	1.74	111.88	0.88	0.34	29.92
			батон с сыром	30/30	30.06	153.00	5.59	4.96	22.06
	хлеб пшен		хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
Обед	закуска		салат огурцы с помидорами	100	15.71	110.80	2.03	3.57	2.73
	1 блюдо		суп с клецками	250	21.14	153.60	9.03	4.88	14.03
	2 блюдо		гуляш из птицы	100	28.74	147.26	16.06	7.78	2.45
	гарнир		гречка отварная	180	11.76	228.78	8.93	2.72	42.79
	хлеб бел.		хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
	соус								
	напиток		чай с сахаром	200	1.74	111.88	0.88	0.34	29.92
	хлеб дар.		хлеб дарн	30	2.19	61.80	2.04	0.33	12.43
Полдник	фрукты		яблоко	140	17.60	61.60	0.56	0.56	13.72
	напиток		коктейль	200	23.98	154.00	5.60	6.40	18.60
	выпечка								
	сладкое								

193.41

