

Школа МБОУ Кизнерская СОШ №1 Отд./корп День 20.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			каша пшенная	200	17,37	465,00	9,00	13,95	75,90
			чай с сахаром	200	1,74	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 винегрет	100	15,13	112,18	2,33	6,95	9,30
	1 блюдо		суп рассольник	250	25,72	163,52	8,85	6,50	21,90
	2 блюдо		плов из курицы	150	28,93	244,95	13,46	10,17	24,99
	гарнир								
	хлеб бел.		хлеб пшен	30	2,67	73,52	2,40	0,51	14,56
	соус								
	напиток		чай с сахаром	200	1,74	71,64	0,06	0,02	18,62
	хлеб дар.		хлеб дарн	30	2,19	73,52	2,40	0,51	14,56
Полдник	фрукты								
	напиток		сок	200	16,00	90,00			20,00
	выпечка								
	сладкое		барни	30	34,00	119,00	1,70	4,50	18,00

167,48

