

Школа МБОУ Кизнерская СОШ №1 Отд./корп День 09.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			омлет натуральный	150	39.94	192.00	13.05	13.80	4.05
			чай с сахаром	200	1.74	111.88	0.88	0.34	29.92
			батон с сыром	30/30	19.32	160.07	6.79	8.66	13.61
			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		суп гороховый	250	19.92	183.17	11.35	7.15	23.20
	2 блюдо								
	гарнир		плов из свинины	150	28.93	244.95	13.46	10.17	24.99
	хлеб бел.		хлеб пшен	30	2.67	73.52	2.40	0.51	14.56
	соус								
	напиток		компот из яблок	200	6.97	143.82	0.58	0.22	36.80
	хлеб дар.		хлеб дарн	30	2.19	61.80	2.04	0.33	12.43
Полдник	фрукты								
	напиток		коктейль	200	23.98	154.00	5.60	6.40	18.60
	выпечка								
	сладкое		чоко пай	30	13.20	129.00	1.30	5.40	18.90

167.53

