

Школа

ГБОУ СОШ с. Малая Малышевка

Отд./корп

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г |
|------------|---------------|---------|--|----------|
| | закуска | | печенье | 60 |
| | гор.блюдо | 268 | котлеты из мяса с соусом | 100 |
| | | 202/309 | макаронные изделия отварные | 180 |
| | гор.напиток | 377 | чай с лимоном | 200/3,5 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный | 30 |
| | | | | |
| Завтрак 2 | Витаминизация | АКТ | компот из свежемороженых ягод +С витамин | 200 |
| | | | | |
| | | | | |
| Обед | закуска | 45 | салат из белокачанной капусты с морковью | 100 |
| | 1 блюдо | 388/625 | уха рыбацкая | 15/200/1 |
| | 2 блюдо | 243/759 | сосиски отварные с томатным соусом | 100 |
| | гарнир | 199 | пюре из бобовых | 180 |
| | сладкое | | | 200 |
| | гор.напиток | 342 | компот из свежих яблок | 200 |
| | хлеб бел. | ПР | Хлеб пшеничный | 30 |
| | хлеб черн. | ПР | хлеб ржано-пшеничный | 30 |
| | | | | |

День

12/16/2024

| Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------|--------------|-------|-------|----------|
| | 221.00 | 3.72 | 10.62 | 27.42 |
| | 196.00 | 6.94 | 13.99 | 10.73 |
| | 168.00 | 6.39 | 4.25 | 37.28 |
| | 97.00 | 0.13 | 0.02 | 15.20 |
| | 81 | 2.43 | 0.3 | 14.64 |
| | | | | |
| | | | | |
| | 32.00 | 0.67 | 0.30 | 7.68 |
| | | | | |
| | | | | |
| | 60.00 | 1.30 | 3.25 | 6.47 |
| | 308.00 | 4.85 | 31.28 | 9.84 |
| | 149.00 | 6.15 | 12.02 | 3.89 |
| | 185.00 | 6.63 | 5.42 | 31.74 |
| | 85.00 | 1.00 | 0.00 | 20.20 |
| | 115.00 | 0.16 | 0.16 | 27.88 |
| | 81 | 2.43 | 0.3 | 14.64 |
| | 67 | 2.43 | 1.02 | 12.66 |
| | | | | |