

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

10.12.21 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	145	запеканка из творога с повидлом	150	15,45	363	22	16	33
	гор.напиток	184	чай с сахаром	200	6,20	53	0	0	4
	хлеб	177	булочка	70	10,00	261	5	9	40
		182*	йогурт	200	24,35	140	6	6	16
				620	56,00	817	33	31	93
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	121	каша рисовая на молоке	250	22,08	269	6	10	38
	2 блюдо	177	булочка	40	5,00	131	3	4	20
			сыр	20	11,32	73	5	6	0
	сладкое	191	какао на молоке	200	22,80	135	4	4	23
	хлеб бел.	1	хлеб	30	1,00	89	3	3	10
	фрукты		банан	160	20,80	142	3	0	35
				700	83,00	838	24	27	126