

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

21.12.21 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	154	блины со сгущенкой	120	26,80	217	5	7	32
	гор.напиток	184	чай с сахаром	200	6,20	53	0	0	4
		182	йогурт	100	23,00	46	5	0	8
				420	56,00	315	10	7	44
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	35	Щи по Уральски с мясом говядины	250	30,47	173	10	12	7
	2 блюдо	64	гуляш из отварной говядины	75	17,84	140	11	10	2
	гарнир	137	отварные макаронные изделия	180	9,04	202	7	5	32
	сладкое	2*	бутерброд сладкий	50	10,71	174	4	6	27
	напитки	195	компот из сухофруктов	200	13,61	171	2	0	41
	хлеб	1	хлеб	40	1,33	108	4	4	13
				795	83,00	968	38	37	122