

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

11.01.22 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	123	каша пшеничная на молоке	230	16,53	307	9	11	42
	гор.напиток	188	кофейный напиток на молоке	200	22,80	109	3	3	18
	хлеб	1*	хлеб	50	1,67	135	5	5	16
		181*	йогурт	150	15,00	359	14	17	37
				630	56,00	909	31	37	113
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19	салат из свеклы с яблоками	60	5,08	62	1	5	4
	1 блюдо	48	суп уха из рыбных консерв	250	29,46	172	15	8	17
	2 блюдо	54	рыба ,тушеная в томате под овощами	100	29,54	256	25	15	5
	гарнир	137	отварные макаронные изделия	180	9,04	202	7	5	32
	сладкое	186	чай с лимоном сахаром	200	7,55	55	0	0	14
	хлеб бел.	1	хлеб	70	2,33	188	7	7	23
				860	83,00	936	54	41	94