

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

14.01.22 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	120	каша овсянная на молоке	230	24,27	279	8	12	34
	гор.напиток	185	чай с молоком	200	11,54	81	2	2	16
	хлеб	2**	бутерброд с маслом	60	11,70	276	5	15	30
	фрукты		банан	70	8,49	62	1	0	15
				560	56,00	698	16	29	95
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	122	каша манная на молоке	230	29,60	268	8	10	37
	2 блюдо	181	кефир	170	17,59	77	5	0	14
	гор.напиток	191	какао на молоке	200	22,80	135	4	4	23
	сладкое	2*	бутерброд с повидлом	60	12,01	276	5	15	30
	хлеб бел.	1	хлеб	30	1,00	81	3	3	10
				690	83,00	837	24	32	113