

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

25.02.22 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 |