

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

10.03.2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	123	каша пшеничная на молоке	250	30,53	307	9	11	42
	гор.напиток	188	кофейный напиток на молоке	200	23,80	109	3	3	18
	хлеб	1	хлеб	50	1,67	133	16	24	53
						56,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19	салат из свеклы с яблоками	100	6,41	103	1	8	7
	1 блюдо	48	суп уха из рыбных консерв	250	20,72	125	8	4	14
	2 блюдо	54	рыба, тушеная в томате под овощами	110	20,81	144	15	7	4
	гарнир	118	каша ячневая	230	9,26	255	7	7	40
	сладкое	186	чай с лимоном и сахаром	200	7,55	55	0	0	20
	хлеб бел.	1	хлеб	70	2,33	188	7	7	23
	фрукт		яблоки	120	15,92	52	0	0	11
						83,00			