

Школа

МОУ СОШ с.Заречное МО «Барышский район»

Отд./корп

День

25.12.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 219- У | Сырники творожные                 | 150      | 51,10  | 330          | 30    | 13   | 23       |
|            | гор.напиток | 375,01 | Чай черный с лимоном              | 200      | 4,09   | 24           | 0     | 0    | 5        |
|            | хлеб        | пром.  | хлеб пшеничный                    | 50       | 3,32   | 117          | 4     | 0    | 25       |
|            |             | 60.    | Салат из моркови с яблоками*      | 50       | 8,98   | 41           | 1     | 2    | 6        |
|            |             | 330    | Соус сладкий сметанный            | 50       | 10,46  | 74           | 2     | 4    | 7        |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                   | 500      | 77,95  | 586          | 36    | 20   | 66       |
|            |             |        |                                   |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 50,08  | Салат из свеклы с сыром           | 60       | 12,52  | 103          | 4     | 8    | 5        |
|            | 1 блюдо     | 87-У   | Щи из свежей капусты с картофелем | 200      | 15,17  | 93           | 4     | 5    | 7        |
|            | 2 блюдо     | 280-У  | Фрикадельки "Школьные" в соусе    | 90       | 28,07  | 185          | 9     | 11   | 13       |
|            | гарнир      | 54-1г  | Макароны отварные                 | 150      | 10,92  | 197          | 5     | 5    | 33       |
|            | сладкое     | 639    | Компот из сухофруктов             | 200      | 4,74   | 102          | 0     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.   |        |                                   |          |        |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | пром.  | хлеб ржано-пшеничный              | 50       | 3,25   | 98           | 3     | 1    | 20       |
|            |             |        |                                   | 750      | 74,66  | 777          | 26    | 29   | 102      |
|            |             |        |                                   | 1250     | 152,61 | 1363         | 62    | 49   | 168      |