Школа МКОУ ХМР СОШ с Кышик Отд./корп День 16.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша манная	215	26	285,5	9,18	11,94	35,24
		377	чай	200	7,4	60,01	0,06	0,02	15,1
		100	сыр порцией	30	16,8	105,9	7,8	8,09	0
		338	яблоко	200	26,2	70,5	0,6	18,37	14,7
		108	хлеб пшеничный	40	3,65	79,2	2,64	0,48	37,23
Завтрак 2									
Обед	закуска	53	салат из свежих помидоров	60	15	52,9	1,39	10,02	6,55
	1 блюдо	212	борщ из свежей капусты	220	14,6	237,69	12	15,98	11,42
	2 блюдо	265	бефстроганов	70\40	59,93	187	13,26	11,23	3,52
	гарнир	171	гречневый	180	14	232	6,72	5,37	30,33
	сладкое	342	компот сухофрукты	200	17	121,23	0,16	0,04	13,1
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	60	5,47	126,2	4,22	0,68	25,46
	хлеб черн.								