Школа МКОУ ХМР СОШ с Кышик Отд./корп День 26.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 115 | каша ячневая | 215 | 28,5 | 240,87 | 7,23 | 6,67 | 39,54 |
| | гор. напиток | 376 | кофейный напиток | 200 | 14 | 118,6 | 4,08 | 3,54 | 17,58 |
| | | 15 | колбаса | 30 | 14,85 | 72 | 4,64 | 5,9 | 0 |
| | | 108 | хлеб | 40 | 3,65 | 79,2 | 2,64 | 0,48 | 15,86 |
| | | 254 | конфета | 20 | 19 | 70,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 80,1 | | | | |
| Обед | закуска | 53 | салат из свеклы и зеленого горошка | 60 | 11,5 | 72,9 | 1,65 | 4,12 | 7,29 |
| | 1 блюдо | 104 | суп картофельный с рыбными консервами | 220 | 17 | 185,24 | 9,4 | 10,15 | 17,2 |
| | 2 блюдо | 244 | гуляш из говядины | 200 | 51 | 240,08 | 18,91 | 17,53 | 26,13 |
| | | 415 | гречневый гарнир | | 20 | 200 | 3,49 | 7,72 | 32,83 |
| | сладкое | 699 | компот из чернослива | 200 | 14,1 | 121,23 | 1,92 | 0,12 | 29,12 |
| | хлеб бел. | 108 | хлеб | 60 | 5,47 | 126,2 | 4,22 | 0,68 | 25,46 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |