Школа МАОУ "Порецкая СОШ" Отд./корп День 04.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | 3 | Бутерброд с сыром | 50 | | 162,8 | 5,76 | 7,95 | 14,62 |
| | гор.блюдо | 175 | Каша из риса и пшена с маслом | 210(200/10) | | 259,24 | 5,97 | 11,4 | 33,09 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200(15) | | 56,85 | 0,1 | 0,03 | 14,99 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 52 | Салат из свеклы | 60 | | 53,91 | 0,81 | 3,65 | 4,72 |
| | 1 блюдо | 88 | Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной | 205(200/5) | | 79,76 | 1,5 | 4,94 | 6,49 |
| | 2 блюдо | 269 | Биточки рубленые с соусом | 100(50/50) | | 180,63 | 7,93 | 12,29 | 10,2 |
| | гарнир | 309 | Макароны отварные | 200 | | 262,49 | 7,17 | 6,24 | 43,19 |
| | напиток | 348 | Компот из чернослива | 200 | | 92,81 | 0,34 | 0 | 23,65 |
| | хлеб | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | 75,6 | 2,92 | 0,52 | 14,2 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |