

Школа МБОУ СОШ № 45

Отд./корп

День 06.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	25	Помидоры свежие	.060	5-77	14	0.66	0.12	2.28
	2 блюдо	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	.150/10	34-39	544	27.08	35.06	32.4
	напитки	686	Чай с лимоном	.190/7	3-07	41	0.52	0.06	9.76
			Сырок плавленый "Виола"	.16.5/1шт	13=	40	0.9	27	5
	прочие	299	Хлеб пшеничный	.020	2-02	48	1.52	0.16	9.72
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
Обед	Салаты	45	Салат из белокочанной капусты	.035	1-79	32	0.6	1.78	3.29
	1 блюдо	101	Суп картоф.с гречневой крупой и мясом	.200/15	14-90	120	6.78	3.34	15.56
	2 блюдо	256	Мясо тушеное	.45/40	31-77	175	15.66	8.13	10.09
	2 гарнир	516	Макаронные изделия отварные	.140	5-03	198	5.26	4.66	33.6
	напитки	324	Напиток фруктовый	.180	4-76	81	0.63	0.01	19.55
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32

Директор Школы / Бонкова М.А.