

Школа

МКОУ " Кондровская СОШ № 1"

День

19.10.2021г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	блюдо		Каша молочная " Дружба"	100		489.0	11.5	17.3	17.3
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		58.0	0.2	0.0	15.0
			Хлеб пшеничный	25		67.8	1.6	0.2	13.1
					<b>15.00</b>	<b>614.8</b>	<b>13.3</b>	<b>17.5</b>	<b>45.4</b>
Завтрак 2	блюдо		Яйцо вареное с хлебом и маслом	75		115.1	5.0	4.7	11.9
	гор. напиток		Чай с сахаром	200		58.0	0.3	0.0	15.2
					<b>19.00</b>	<b>173.1</b>	<b>5.3</b>	<b>4.7</b>	<b>27.1</b>
Обед	закуска		Овощи свежие в нарезке	60		79.0	0.6	7.1	3.0
	1 блюдо		Рассольник с мясом кур	250		187.0	9.3	7.5	22.4
	гарнир		Макароны отварные	100		152.0	3.5	4.1	25.7
	2 блюдо		Гуляш из свинины	50		134.1	25.8	12.3	5.8
	напитки		Чай с сахаром	200		60.0	0.2	0.0	15.0
	фрукт		Груша	200		98.0	1.6	0.0	19.8
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		199.0	2.3	1.1	43.3
					<b>61.40</b>	<b>909.1</b>	<b>43.3</b>	<b>32.1</b>	<b>135.0</b>

Директор МКОУ " Кондровская СОШ № 1" \_\_\_\_\_ Мальвова Н.А.