

Школа

МБОУ "ЦО № 40"

Отд./корп Бондаренко, 21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	гор.блюдо	150	Омлет с зеленым горошком	185	
		122	Зефир	35	
	хлеб бел.	111	Батон йодированный	40	
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	200	
Завтрак 2	фрукты	112	Яблоко (поштучно)	120	
					74
Обед	закуска	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	
	1 блюдо	158	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	
	2 блюдо	151	Курица тушеная с морковью	90	
		414	Рис отварной	150	
	сладкое	508	Компот из смеси сухофруктов	200	
	хлеб бел.	110	хлеб ржано-пшеничный	30	
	хлеб черн.	111	батон йодированный	30	
					74

День 16.01.2023

Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
189,40	11,90	13,10	5,90
113,2	0,3	0	27,9
95,00	3,20	0,40	19,60
26,80	0,20	0,00	6,40
53,30	0,50	0,50	11,80
85,80	1,50	6,10	6,20
100,90	4,80	2,20	15,50
113,70	12,70	5,20	4,00
203,50	3,60	4,80	36,40
81,00	0,50	0,00	19,80
58,70	2,00	0,40	11,90
71,20	2,40	0,30	14,70