Школа МБОУ "ЦО № 40" Отд./корп Бондаренко, 21 День 23.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	146	Запеканка из творога с морковью	150		249,60	15,60	9,20	26,20
			Молоко сгущеное с сахаром	20		65,50	1,40	1,70	11,10
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200		144,00	3,60	3,30	25,00
	хлеб	111	Батон йодированный	30		71,20	2,40	0,30	14,70
Завтрак 2	фрукты	112	Мандарин	100		35,00	0,80	0,20	7,50
					74				
Обед	закуска	58	Салат из свежих огурцов	60		75,30	0,42	7,49	1,58
	1 блюдо	155	Суп крестьянский с крупой (перловая)	200		115,60	5,10	5,80	10,80
	2 блюдо	406	Плов с курицей	220		346,10	30,00	8,90	36,50
	сладкое	117	Компот из свежих яблок	200		41,60	0,20	0,10	9,90
	хлеб бел.	111	Батон йодированный	30		71,20	2,40	0,30	14,70
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	30		54,30	1,98	0,36	10,20
					74				