

Школа

МБОУ "ЦО № 40"

Отд./корп Бондаренко, 21

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена |
|------------|-------------|--------|---|----------|------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 260    | Каша "Дружба"   | 180      |      |
|            | гор.напиток | 501    | Кофейный напиток с<br>молоком                                   | 200      |      |
|            | хлеб        | 111    | Батон йодированный  | 30       |      |
|            | фрукты      | 15     | Сыр   | 15       |      |
| Завтрак 2  |             | 122    | Свежие фрукты   | 100      | 102  |
| Обед       | закуска     | 82     | Салат из свежих огурцов и<br>помидоров с растительным<br>маслом | 60       |      |
|            | 1 блюдо     | 134    | Рассольник ленинградский<br>на м/б                              | 200      |      |
|            | 2 блюдо     | 367    | Гуляш из отварной<br>говядины                                   | 100      |      |
|            |             | 237    | Каша гречневая<br>рассыпчатая                                   | 150      |      |
|            | сладкое     | 512    | Компот из кураги  | 200      |      |
|            | хлеб бел.   | 110    | Хлеб ржано-пшеничный  | 30       |      |
|            | хлеб черн.  | 111    | Батон йодированный  | 20       |      |
|            |             |        |   |          | 102  |

День 03.02.2025г.

| Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|--------------|-------|-------|----------|
| 203,60       | 4,70  | 10,40 | 22,60    |
| 86,00        | 3,90  | 2,90  | 11,20    |
| 71,20        | 2,40  | 0,30  | 14,70    |
| 114,76       | 5,02  | 4,12  | 7,42     |
| 47,00        | 0,40  | 0,30  | 10,30    |
| 37,50        | 0,6   | 3,1   | 1,8      |
| 125,52       | 4,72  | 5,76  | 13,60    |
| 232,10       | 17,00 | 16,56 | 3,89     |
| 233,70       | 8,20  | 6,30  | 35,90    |
| 66,90        | 1,00  | 0,10  | 15,60    |
| 58,70        | 2,00  | 0,40  | 11,90    |
| 47,47        | 1,60  | 0,20  | 9,80     |
|              |       |       |          |