

Школа

МБОУ "ЦО № 40"

Отд./корп Бондаренко, 21

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------|----------|------|
| Завтрак | гор.блюдо | 217 | Каша вязкая молочная рисовая | 200 | |
| | | 16 | Масло сливочное | 10 | |
| | гор.напиток | 459 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | |
| | хлеб | 111 | батон йодированный | 30 | |
| | | | Фрукты свежие | 100 | |
| | | | | | 102 |
| Обед | закуска | 162 | Огурец свежий в нарезке | 60 | |
| | 1 блюдо | | Щи из свежей капусты с картофелем на к/б | 200 | |
| | | 142 | | | |
| | 2 блюдо | 152 | Картофель отварной | 150 | |
| | | 80 | Рыба тушеная в томате с овощами | 130 | |
| | сладкое | 518 | Сок | 200 | |
| | хлеб бел. | 111 | батон йодированный | 20 | |
| | хлеб черн. | 110 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | |
| | | | | | 102 |
| | | | | | |

День 27.12.2024г.

| Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|-------|------|----------|
| 208,43 | 5,2 | 5,7 | 32,4 |
| 66,10 | 0,1 | 7,25 | 0,15 |
| 27,90 | 0,20 | 0,10 | 6,60 |
| 71,20 | 2,40 | 0,30 | 14,70 |
| 49,2 | 0,9 | 0,2 | 8,1 |
| | | | |
| 8,50 | 0,50 | 0,10 | 1,50 |
| 92,24 | 4,64 | 5,6 | 5,68 |
| 180,00 | 4,1 | 7,7 | 15,4 |
| 177,36 | 9 | 5 | 4,43 |
| 86,60 | 1 | 0,2 | 20,2 |
| 47,47 | 1,6 | 0,2 | 9,8 |
| 58,70 | 2 | 0,4 | 11,9 |
| | | | |
| | | | |