

Школа

МБОУ "Муромцевская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

2-10.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 112 | Огурцы свежие порционно | 42 | 5.25 | 5 | 0.25 | 0.03 | 0.83 |
| | | 209 | Яйца вареные | 40 | 9.15 | 63 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| | гор.напиток | 514 | Кофейный напиток | 200 | 9.65 | 94 | 2.9 | 3.07 | 13.63 |
| | горячее блюдо | 304 | Рис отварной с маслом сливочным | 150 | 6.20 | 210 | 3.65 | 5.38 | 36.68 |
| | | 268 | Палочки мясные Детские запеченные | 90 | 39.50 | 188 | 14.53 | 11.05 | 7.58 |
| | | 15 | Сыр (порциями) | 20 | 12.28 | 58 | 3.69 | 4.74 | 0 |
| | хлеб | 114 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3.44 | 72 | 3.4 | 0.64 | 14.8 |
| Обед | закуска | 52 | Салат из свеклы отварной | 60 | 2.49 | 56 | 0.85 | 3.61 | 4.95 |
| | 1 блюдо | 99 | Суп из овощей с курицей | 200 | 16.78 | 103 | 3.96 | 6.13 | 8.07 |
| | 2 блюдо | 232 | Рыба, запеченная под соусом | 90 | 23.74 | 667 | 155.21 | 4.28 | 1.97 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150 | 10.75 | 134 | 3.34 | 3.49 | 22.11 |
| | хлеб черный | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1.60 | 81 | 3.08 | 0.56 | 14.96 |
| | сладкое | 412 | Компот из смеси сухофруктов | 38 | 4.64 | 73 | 0 | 0 | 18.16 |