

Школа **МБОУ "Муромцевская СОШ"** Отд./корп **1-4 класс** День **9-07.12.2023**

| Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
|            | горячее блюдо   | 223    | Запеканка творожно-рисовая        | 200      | 63,08 | 362          | 29,17 | 17,19 | 22,74    |
|            | хлеб            | 114    | Хлеб пшеничный                    | 40       | 3,44  | 72           | 3,4   | 0,64  | 14,8     |
|            | напиток горячий | 430    | Чай с сахаром                     | 200      | 1,35  | 56           | 0,19  | 0,04  | 13,66    |
|            | фрукт           | 118    | Фрукты свежие. Банан.             | 145,62   | 25,93 | 139          | 2,18  | 0,73  | 30,45    |
|            | закуска         | 29     | Салат из свежих овощей "Ассорти"  | 60       | 4,38  | 28           | 1,07  | 1,27  | 3,03     |
|            | 1 блюдо         | 155    | Суп "Русский" с пшеницей отварной | 200      | 7,78  | 121          | 4,5   | 4,34  | 15,91    |
|            | 2 блюдо         | 259    | Жаркое по-домашнему с говядиной   | 240      | 40,76 | 369          | 18,83 | 17,95 | 32,86    |
|            | напиток         | 591    | Кисель из концентрата             | 200      | 5,39  | 122          | 1,4   |       | 29       |
|            | хлеб черный     | 116    | Хлеб ржано-пшеничный              | 40       | 1,69  | 81           | 3,08  | 0,56  | 14,96    |