

Школа

МБОУ "Муромцевская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

6 - 01.04.2024

| Прием пищи  | Раздел          | № рец.  | Блюдо   | Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-------------|-----------------|---------|---|---|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак     | закуска         | 49      | Салат "Дружба"  | 60  | 2,74  | 75           | 0,86  | 6,36  | 3,65     |
|             | горячее блюдо   | 243     | Сосиски отварные  | 120   | 46,92 | 358          | 12,11 | 33,92 | 0,54     |
|             | гарнир          | 312     | Картофельное пюре с маслом сливочным                    | 150   | 9,59  | 134          | 3,34  | 3,49  | 22,11    |
|             | напиток горячий | 430     | Чай с сахаром   | 200   | 1,36  | 56           | 0,19  | 0,04  | 13,66    |
|             | хлеб белый      | 108     | Хлеб пшеничный  | 40  | 3,44  | 72           | 3,4   | 0,64  | 14,8     |
|             | фрукт           | 118     | Фрукты свежие. Банан.                                   | 121   | 21,97 | 125          | 1,96  | 0,66  | 27,3     |
|             | Обед            | 1 блюдо | 99  | Суп овощной "Летний" с отварной куриной грудкой | 200   | 7,99         | 74    | 1,89  | 3,34     |
| 2 блюдо     |                 | 329     | Голубцы ленивые, запеченные под соусом сметано-томатном | 260   | 45,13 | 387          | 24,59 | 22,29 | 21,97    |
| напиток     |                 | 395     | Напиток яблочный  | 200   | 5,19  | 98           | 0,1   | 0,1   | 24,29    |
| хлеб черный |                 | 116     | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 40  | 1,69  | 81           | 3,08  | 0,56  | 14,96    |