Чижикова Лариса Станиславовна

Подписано цифровой подписью: Чижикова Лариса Станиславовна
Дата: 2024.03.31 18:28:41 +03'00'

Школа **МБОУ "Муромцевскакя СОШ"** Отд./корп 1-4 класс День **4 - 11.04.2024**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | закуска | 693 | Салат из отварной свеклы с солеными огурцами | 60 | 4,49 | 63 | 0,88 | 4,46 | 4,81 |
| | горячее блюдо | 304 | Котлеты домашние комбинированные | 90 | 41,34 | 202 | 14,36 | 11,36 | 10,26 |
| | гарнир | 203 | Макароны отварные с маслом сливочным | 150 | 4,92 | 175 | 5,1 | 2,56 | 33,01 |
| | сладкое | 113 | Джем фруктовый | 30 | 4,74 | 55 | 0,1 | 0 | 13,76 |
| | хлеб белый | 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,44 | 72 | 3,4 | 0,64 | 14,8 |
| | напиток горячий | 629 | Чай с лимоном | 200 | 5,25 | 57 | 0,22 | 0,05 | 13,85 |
| | фрукт | 118 | Плоды свежие.Банан. | 120 | 21,84 | 120 | 1,88 | 0,63 | 26,25 |
| Обед | 1 блюдо | 97 | Суп картофкльный с рыбными фрикадельками | 200 | 11,98 | 108 | 6,35 | 2,46 | 15,22 |
| | 2 блюдо | 460 | Котлеты рубленые из птицы | 90 | 34,27 | 180 | 25,29 | 5,22 | 10,77 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150 | 10,70 | 134 | 3,34 | 3,49 | 22,11 |
| | напиток горячий | 430 | Чай с сахаром | 200 | 1,36 | 56 | 0,19 | 0,04 | 13,66 |
| | хлеб черный | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,69 | 120 | 4,62 | 0,84 | 22,44 |