

Школа

МБОУ "Муромцевская СОШ

Отд./корп

1-4 класс

День

8 -15.05.2024

| Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | закуска         | 71     | Салат "Зимний"                                 | 60       | 5.11  | 47           | 1.31  | 1.95  | 6.03     |
|            | гарнир          | 175    | Каша "Дружба" с маслом сливочным               | 150      | 6.30  | 134          | 3.04  | 4.09  | 21.33    |
|            | горячее блюдо   | 304    | Котлеты домашние комбинированные               | 90       | 38.16 | 202          | 14.36 | 11.39 | 10.26    |
|            | напиток горячий | 376    | Чай витаминизированный с сахаром               | 200      | 1.72  | 56           | 0.13  | 0.14  | 13.64    |
|            | хлеб белый      | 108    | Хлеб пшеничный                                 | 30       | 2.58  | 72           | 3.4   | 0.64  | 14.8     |
|            | сладкое         | 405    | Пюре фруктовое натуральное. Яблоко.            | 90.00    | 32.15 | 32           | 0.24  | 0.08  | 7.7      |
| Обед       | 1 блюдо         | 113    | Суп-лапша домашняя с птицей отварной           | 200      | 5.72  | 89           | 4.16  | 2.95  | 11.38    |
|            | 2 блюдо         | 293    | Птица запеченная порционная (окорочок куриный) | 90       | 36.62 | 172          | 20.23 | 10.07 | 0.14     |
|            | гарнир          | 143    | Рагу из овощей                                 | 150      | 15.16 | 213          | 2.66  | 16.49 | 12.9     |
|            | напиток горячий | 430    | Чай с сахаром                                  | 180      | 1.23  | 50           | 0.17  | 0.04  | 12.29    |
|            | хлеб черный     | 116    | Хлеб ржано-пшеничный                           | 30       | 1.27  | 101          | 3.85  | 0.7   | 18.7     |