

МБОУ "Муромцевская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

1 -16.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	яйцо	209	Яйца вареные	40	11.20	63	5.08	4.6	0.28
	сыр	15	Сыр (порциями)	20	14.00	77	4.92	6.32	0
	горячее блюдо	221	Каша вязкая пшеничная на молоке	200	17.04	266	7.97	8.27	39.87
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	13.79	119	4.08	3.54	17.58
	хлеб белый	114	Хлеб пшеничный	40	3.55	72	3.4	0.64	14.8
	фрукт	118	Плоды свежие. Банан.	150	26.44	144	2.26	0.64	31.5
Обед	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми, с курицей	200	8.12	109	6.66	2.74	14.27
	2 блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	37.11	202	14.36	11.39	10.26
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	180	6.14	175	5.1	2.56	33.01
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	6.76	88	0.68	0.28	20.76
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1.87	81	3.08	0.56	14.96