

Школа

МОУ "Средняя школа № 2 им. Героя Советского Союза П.И. Орлова", ста Отд./корп

День

понеделнь
ик,
12.12.22

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|-------------------------|--------|---|----------------|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак | закуска | | Икра овощная | 100 | | 136.000 | 1.700 | 9.000 | 9.000 |
| | гор.блюдо | | Рожки отварные с сыром | 180 | | 379.340 | 15.250 | 12.590 | 50.840 |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 200 | | 51.940 | 0.200 | 0.050 | 13.040 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | | 88.400 | 3.040 | 0.320 | 18.480 |
| | Итого за Завтрак | | | | | 655.68 | 20.19 | 22.01 | 91.36 |
| | | | | 540.000 | 68.44 | | | | |
| Обед | закуска | | Горошек зеленый отварной | 50 | | 20.000 | 1.550 | 0.100 | 3.250 |
| | закуска | | Кукуруза порционнo | 50 | | 28.900 | 1.430 | 0.300 | 4.950 |
| | 1 блюдо | | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметан | 250 | | 109.340 | 1.940 | 5.820 | 6.300 |
| | 2 блюдо | | Гуляш из птицы | 100 | | 168.230 | 11.840 | 11.700 | 4.030 |
| | гарнир | | Каша рисовая рассыпчатая | 180 | | 226.970 | 4.840 | 5.290 | 39.940 |
| | сладкое | | Компот ассорти | 180 | | 57.240 | 0.200 | 0.050 | 12.550 |
| | хлеб бел. | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | 84.400 | 2.960 | 0.520 | 17.280 |
| | хлеб черн. | | Хлеб пшеничный | 40 | | 88.4 | 3.04 | 0.36 | 18.48 |
| | | | Кислота аскорбиновая | 0.035 | | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 |
| Итого за Обед | | | 890 | 74.93 | 783.470 | 27.8 | 24.14 | 106.780 | |