

Школа

МБОУ Школа № 144 г.о.Самара

Отд./корп

День

25.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	1016	котлета натуральная из птицы с сыром	65		179	15	8	1
		303	каша гречневая вязкая	160		177	5	5	22
		14	масло сливочное порциями	10		75	0	8	0
	гор.напиток	377	чай с лимоном	200 /5		46	0	0	11
	хлеб	3	батон	60		108	5	1	20
						65,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	огурец свежий	50		7	0	0	1
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты с картофелем и сметаной с зеленью	200/10/1		74	2	5	7
	2 блюдо	259	жаркое по домашнему из говядины	175		226	9	12	19
	гарнир								
	сладкое	1028	напиток яблочный	200		65	0	0	16
	хлеб бел.	2	хлеб пшеничный	40		72	3	1	22
	хлеб черн.	1	хлеб ржаной	40		63	2	1	12
						84,00			