

Школа

МБОУ Школа № 144 г.о.Самара

Отд./корп

День

28.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	омлет натуральный	180		262	18	20	3
		15	сыр порциями	20		77	5	6	
		1040	горошек зеленый (консервированный)	70		26	2	0	4
	гор.напиток	379	кофейный напиток с молоком	200		109	3	3	18
	хлеб	3	батон	60		108	5	1	20
						70,00			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов т/п	30		18	0	2	1
	1 блюдо	103	суп картофельный с макаронными изделиями и птицей с зеленью	12,5/250/1		128	6	3	19
	2 блюдо	284	запеканка картофельная с мясом	200		321	13	14	35
	гарнир								
	сладкое	388	напиток из плодов шиповника	200		91	1	4	14
	хлеб бел.	2	хлеб пшеничный	80		144	6	1	45
	хлеб черн.	1	хлеб ржаной	40		63	2	0	12
						84,00			