Федоренко Лариса Викторовна

Федоренко Лариса Викторовна Я являюсь автором этого документа 2023.09.20 18:02:06+12'00'

| Школа | МБОУ Пионерская СШ | Отд./корп | | День | 21.09.2023 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 210 | Макароны с сыром | 180 | 29,71 | 322 | 11 | 14 | 39 |
| | гор.напиток | 433 | Какао с молоком сгущеным | 200 | 14,32 | 137 | 4 | 4 | 23 |
| | хлеб | | Хлеб пш. | 20 | 2,08 | 52 | 2 | 0 | 10 |
| | молоч.пр. | | | | | | | | |
| | сладкое | | Конфеты | 14 | 9,76 | 49 | 0 | 1 | 10 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 51 | Винегрет овощной | 80 | 12,70 | 95 | 2 | 6 | 8 |
| | 1 блюдо | 93 | Суп любительский | 250 | 24,91 | 203 | 9 | 9 | 21 |
| | 2 блюдо | 306 | Голубцы ленивые | 100 | 46,42 | 331 | 15 | 26 | 8 |
| | гарнир | 387 | Соус сметанный | 50 | 15,72 | 118 | 1 | 9 | 9 |
| | сладкое | 396 | Компот из чернослива с изюмом | 200 | 8,90 | 120 | 0 | 0 | 30 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 30 | 3,08 | 78 | 3 | 1 | 15 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 20 | 2,59 | 43 | 1 | 0 | 9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Школа МБОУ Пионерская СШ Отд./корп День 21.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 210 | Макароны с сыром | 210 | 36,00 | 392 | 14 | 17 | 48 |
| | гор.напиток | 433 | Какао с молоком сгущеным | 200 | 14,32 | 136 | 4 | 4 | 23 |
| | хлеб | | Хлеб пш. | 20 | 2,08 | 52 | 2 | 0 | 10 |
| | молоч.пр. | | | | | | | | |
| | сладкое | | Конфеты | 14 | 9,76 | 49 | 0 | 1 | 10 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 51 | Винегрет овощной | 100 | 15,98 | 118 | 2 | 8 | 10 |
| | 1 блюдо | 93 | Суп любительский | 250 | 24,91 | 203 | 9 | 9 | 21 |
| | 2 блюдо | 306 | Голубцы ленивые | 200 | 92,54 | 659 | 30 | 53 | 17 |
| | гарнир | 387 | Соус сметанный | 50 | 15,72 | 118 | 1 | 9 | 9 |
| | сладкое | 396 | Компот из чернослива с изюмом | 200 | 8,90 | 120 | 0 | 0 | 30 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | 4,13 | 104 | 4 | 1 | 20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 30 | 3,88 | 64 | 2 | 0 | 13 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |