Федоренко Лариса Викторовна

Федоренко Лариса Викторовна
Я являюсь автором этого документа
2023.09.26 16:48:17+12'00'

Школа: МБОУ Пионерская СШ | Отд./корп: | День: 27.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	79	Запеканка из творога	140	66,23	402	20	26	25
	гор.напиток	432	Коф.напиток с молоком	200	9,46	101	2	1	23
	хлеб		Хлеб пш.	30	3,12	78	3	1	15
	молоч.пр.	387	Соус сметанный	50	11,88	87	1	6	5
	сладкое		Шоколад	20	34,00	100	2	7	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	12	Помидор свежий	60	16,90	13	1	0	2
	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем	250	27,38	149	7	9	9
	2 блюдо	89	Рыба,тушенная в томате с овощами	100	33,83	101	15	3	4
	гарнир	297	Каша рисовая рассыпчатая	150	12,70	240	5	6	44
	сладкое	375	Компот из смеси сухофруктов	200	6,56	128	1	0	31
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	3,12	78	3	1	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	2,60	43	1	0	9

Школа МБОУ Пионерская СШ Отд./корп День 27.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	79	Запеканка из творога	160	72,47	444	22	29	28
	гор.напиток	432	Коф.напиток с молоком	200	9,47	101	2	1	23
	хлеб		Хлеб пш.	40	4,16	104	4	1	20
	молоч.пр	387	Соус сметанный	50	11,87	87	1	8	5
	сладкое		Шоколад	20	34,00	100	2	7	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	12	Помидор свежий	60	16,91	13	1	0	2
	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем	250	27,44	149	7	9	9
	2 блюдо	89	Рыба,тушенная в томате с овощами	100	33,88	101	15	3	4
	гарнир	297	Каша рисовая рассыпчатая	180	14,43	275	6	6	51
	сладкое	375	Компот из смеси сухофруктов	200	6,59	128	1	0	31
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	4,16	104	4	1	20
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	3,90	64	2	0	13