Федоренко Лариса Викторовна

Федоренко Лариса Викторовна
Я являюсь автором этого документа
2023.10.03 19:18:57+12'00'

Школа: МБОУ Пионерская СШ | Отд./корп: | День: 04.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 214 | Омлет натуральный | 160 | 35,80 | 253 | 16 | 21 | 3 |
| | гор.напиток | 393 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 4,74 | 58 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб | | Хлеб пш. | 40 | 4,16 | 104 | 4 | 1 | 20 |
| | | | Икра кабачковая консервированная | 50 | 6,06 | 60 | 1 | 5 | 4 |
| | фрукты | | Грушад | 234 | 63,24 | 89 | 1 | 1 | 20 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 60 | Сельдь с луком | 70 | 21,28 | 166 | 7 | 14 | 2 |
| | 1 блюдо | 89 | Рассольник | 250 | 32,73 | 192 | 7 | 11 | 16 |
| | 2 блюдо | | Жаркое по-домашнему | 230 | 43,23 | 403 | 14 | 28 | 28 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 46 | Компот из кураги | 200 | 10,52 | 78 | 0 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 30 | 3,10 | 78 | 3 | 1 | 15 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 20 | 2,55 | 43 | 1 | 0 | 9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Школа МБОУ Пионерская СШ Отд./корп День 04.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 214 | Омлет натуральный | 175 | 40,24 | 281 | 18 | 23 | 3 |
| | гор.напиток | 393 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 4,74 | 58 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб | | Хлеб пш. | 40 | 4,16 | 104 | 4 | 1 | 20 |
| | | | Икра кабачковая консервированная | 54 | 6,55 | 64 | 1 | 5 | 4 |
| | фрукты | | Груша | 236 | 63,81 | 90 | 1 | 1 | 20 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 60 | Сельдь с луком | 70 | 21,28 | 166 | 7 | 14 | 2 |
| | 1 блюдо | 89 | Рассольник | 250 | 32,73 | 192 | 7 | 11 | 16 |
| | 2 блюдо | | Жаркое по-домашнему | 250 | 47,64 | 444 | 15 | 31 | 30 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 46 | Компот из кураги | 200 | 10,52 | 78 | 0 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | 4,16 | 104 | 4 | 1 | 20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 30 | 3,82 | 63 | 2 | 0 | 13 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |