Федоренко Лариса Викторовна

Федоренко Лариса Викторовна
Я являюсь автором этого документа
2023.10.11 19:18:49+12'00'

Школа: МБОУ Пионерская СШ | Отд./корп: | День: 12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша манная жидкая	200	18,26	170	6	6	25
	гор.напиток	392	Чай с сахаром	200	2,07	56	0	0	14
	хлеб		Батон	40	3,50	90	3	1	18
	молочн.пр.		Масло сливочное	10	7,50	75	0	8	0
	фрукты		Банан	125	32,15	120	2	1	26
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	80	14,85	173	4	15	5
	1 блюдо	115	Суп картофельный с горохом	250	18,60	184	9	8	20
	2 блюдо	239	Котлеты рыбные	105	53,72	180	11	13	7
	гарнир	295	Каша рисовая рассыпчатая	150	12,68	240	5	6	44
	сладкое	442	Сок	200	18,27	36	2	0	6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	3,15	78	3	1	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	2,63	43	1	0	9

Школа МБОУ Пионерская СШ Отд./корп День 12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша манная жидкая	220	19,98	191	6	6	29
	гор.напиток	392	Чай с сахаром	200	2,07	56	0	0	14
	хлеб		Батон	40	3,50	90	3	1	18
	молочн.пр.	13	Масло сливочное	10	7,50	75	0	8	0
	фрукты		Банан	125	32,15	120	2	1	26
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	18,72	216	5	19	6
	1 блюдо	115	Суп картофельный с горохом	250	18,60	184	9	8	20
	2 блюдо	239	Котлеты рыбные	105	53,72	180	11	13	7
	гарнир	295	Каша рисовая рассыпчатая	180	15,25	288	6	7	53
	сладкое	442	Сок	200	18,27	36	2	0	6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	4,19	104	4	1	20
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	3,95	65	2	0	13