

Школа

МОБУ СОШ с. Нижнее Бобино

Отд./корп

День

1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	8062	Рыба тушеная с овощами	120	41,71	173	19	9	4
	гарнир	610,03	Рис припущенный	180	11,97	251	5	5	47
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный 1 сорта	50	2,60	118	4	0	25
	гор.напиток	283	Чай витаминизированный	200	3,38	39			10
				550	59,66	581	27	15	85
	1 блюдо	53,42	Щи из св. капусты со сметаной	200	8,5	81	2	5	7
	2 блюдо	233,23	Мясо птицы,припущенные в томатном соусе	90	23,18	252	20	18	3
	гарнир	211,05	Макаронные изд. отварные с маслом	150	14,15	244	6	8	37
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	1,6	40			10
	хлеб	1,2	Хлеб пшеничный 1С	30	1,56	71	2	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	0,94	42	0	0	9
				690	49,93	729	30	31	81
				1240	110	1310	57	46	166