

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	80/40	49,87	120	10	8	2	
	гарнир	610,03	Рис припущенный	180	13,80	240	4	5	44	
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	1,95	71	2	0	15	
	гор.напиток	283	Чай витаминизированный	200	3,99	39			10	
				550	69,61	470	17	12	71	
	1 блюдо	53,42	Щи из св. капусты со сметаной	200	7,77	81	2	5	7	
	2 блюдо	233,23	Мясо птицы,припущенные в томатном соусе	45/45	25,5	252	20	18	3	
	гарнир	211,05	Макаронные изд. отварные с маслом	150	14,85	211	6	4	37	
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	1,7	40			10	
	хлеб	1,2	Хлеб пшеничный 1С	30	1,95	71	2	0	15	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	1,34	42	0	0	9	
					690	53,11	696	30	28	81
					1240	123	1166	47	40	152

