

Школа

МБОУ Иванищевская СОШ 1-4 класс

Отд./корп

1-4 кл

День

22.01.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | закуска     | 92/2005   | салат из моркови                                | 80       | 4,07  | 137          | 0     | 11   | 12       |
|            | гор.блюдо   | 2004 694/ | рыба тушеная в соусе с овощами с пюре картофеля | 330      | 69,76 | 302          | 25    | 11   | 28       |
|            | гор.напиток | 959/2204  | какао с молоком                                 | 200      | 13,9  | 50           | 5     | 21   | 22       |
|            | хлеб        |           | хлеб пшеничный                                  | 37       | 3,31  | 94           | 3     | 1    | 19       |
|            | хлеб        |           | хлеб ржаной                                     | 37       | 1,96  | 67           | 2     | 0    | 13       |
|            |             |           |   |          | 93,00 |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |           | салат из свежих помидор и огурцов               | 70       | 8,52  | 76           | 1     | 7    | 3        |
|            | 1 блюдо     | 222/2005  | суп рисовый с мясом                             | 260      | 11,62 | 136          | 5     | 8    | 12       |
|            | 2 блюдо     | 674/2005  | зразы из куриной грудки с омлетом и овощами     | 100      | 35,21 | 268          | 16    | 19   | 10       |
|            | гарнир      | 688/2005  | макароны отварные                               | 180      | 8,04  | 252          | 6     | 6    | 43       |
|            | напиток     |           | сок   | 200      | 9,6   | 92           | 1     | 0    | 52       |
|            | хлеб черн.  |           | хлеб ржаной                                     | 38       | 2,01  | 72           | 3     | 1    | 14       |
|            |             |           |   |          |       | 75,00        |       |      |          |