

Школа

МКОУ "Алмакская СОШ"

Отд./корп

День

28.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		тефтелевый суп	250	35.55	105.4/30	3	4	4
	2 блюдо		каша геркулесовая	200.	8.08	130	10.12	7.85	6.53
	гарнир		яйцо	18		157	12.6	10.6	1.12
	хлеб бел.		Хлеб	80	6.86.	139,2	5,28	0,96	26,42
	хлеб черн.								
напиток			какао	200	3.72	250	28	9	14.
			печенье	100	4.41	417	7.5	11.8	74.9
			конфеты	2	11.77	400	1	14	67