

Школа

МОУ Артюшкинская ОШ имени Д.И.Исакова

Отд./корп

День

21.01.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--------------------------------------|---------------|------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 394-У | Вареники с картофелем | 120 | | 229,70 | 5,80 | 8,70 | 32,10 |
| | гор.напиток | 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | | 86,00 | 3,90 | 2,90 | 11,20 |
| | хлеб | Пром | Хлеб пшеничный | 30 | | 70,30 | 2,30 | 0,20 | 14,80 |
| | | 330 | Соус сметанный | 30 | | 33,90 | 0,80 | 2,40 | 2,30 |
| | | | | | | | | | |
| | фрукты | Пром. | Фрукт порционно/яблоко | 120 | | 53,30 | 0,50 | 0,50 | 11,80 |
| | | | Итого за завтрак | 500 | 0 | 473,20 | 13,30 | 14,70 | 72,20 |
| Обед | закуска | 17 | Нарезка овощная "Ассорти" | 60 | | 11,60 | 0,64 | 0,10 | 2,04 |
| | 1 блюдо | 82-У | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | | 103,90 | 5,10 | 4,50 | 10,80 |
| | 2 блюдо | 295-У | Котлета куриная | 90 | | 366,80 | 17,10 | 23,10 | 22,60 |
| | гарнир | 304-У | Рис отварной | 150 | | 195,80 | 3,50 | 4,30 | 35,80 |
| | напиток | 15 | Компот из яблок и вишни | 200 | | 82,40 | 0,20 | 0,10 | 20,10 |
| | хлеб черн. | Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | | 97,80 | 3,30 | 0,60 | 19,80 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | | | | Итого за Обед | 750 | 0 | 858,30 | 29,84 | 32,70 |
| | | | Итого за день | 1250 | | 1331,50 | 43,14 | 47,40 | 183,34 |