

Школа МБОУ "Шимкусская СОШ" Неделя первая день 6 Отд./корп 7-11 лет День 5/7/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71*	Винегрет овощной	60	3.12	76.00	0.82	6.07	4.52
	1 блюдо	134*	Суп крестьянский с крупой	200	20.51	106.00	1.51	3.32	9.24
	2 блюдо	451*	Шницель с соусом	90(50/40)	21.11	165.00	9.08	9.46	10.66
	гарнир	511*	Рис отварной	150	7.30	228.00	3.81	6.11	38.61
	сладкое	685*	Чай с сахаром	200	3.30	57.00	0.20	0.05	15.01
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	1.06	46.76	1.58	0.20	9.66
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40	1.60	91.96	2.24	0.44	19.76
						58.00			