

Школа

Улыбышевская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	7	Салат из моркови	60	3.56	80	0.68	6.05	5.6
	горячее блюдо	253	Омлет натуральный, запеченный	196	46.02	260	16.63	20.18	23.08
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	13.19	119	4.08	3.54	27.58
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	30	2.67	72	3.4	0.64	17.18
	фрукт	118	Плоды свежие. Апельсин.	137	25.40	52	1.23	0.27	11.1
Обед	1 блюдо	116	Суп вермишелевый с цыпленком	200	11.68	235	8.08	6.36	15.4
	2 блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	39.57	238	14.36	15.28	17.98
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	14.59	187	3.34	7.49	42.11
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	200	1.36	56	0.19	1.04	20.66
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	60	2.80	120	4.62	0.84	22.44