

Школа

МБОУ "Андреевская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

2 -09.01.2024

| Прием пищи | Раздел        | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак    | закуска       | 45     | Салат из белокочанной капусты        | 60       | 3,46  | 63           | 0,79   | 1,94  | 3,88     |
|            | закуска       | 209    | Яйца вареные                         | 40       | 13,70 | 63           | 5,08   | 4,6   | 0,28     |
|            | гор.напиток   | 514    | Кофейный напиток                     | 200      | 12,07 | 94           | 2,9    | 3,07  | 13,63    |
|            | горячее блюдо | 304    | Рис отварной с маслом сливочным      | 150      | 6,26  | 210          | 3,65   | 5,38  | 36,68    |
|            | горячее блюдо | 268    | Палочки мясные Детские запеченные    | 90       | 42,24 | 188          | 14,53  | 11,05 | 7,58     |
|            | сладкое       | 113    | Джем фруктовый                       | 20       | 3,16  | 58           | 0,09   | 0     | 11,7     |
|            | хлеб          | 116    | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40       | 1,69  | 97           | 4,59   | 0,86  | 19,98    |
|            | хлеб          | 108    | Хлеб пшеничный                       | 40       | 3,44  | 72           | 3,4    | 0,64  | 14,8     |
| Обед       | закуска       | 52     | Салат из свеклы отварной             | 60       | 2,49  | 56           | 0,85   | 3,61  | 4,95     |
|            | 1 блюдо       | 99     | Суп из овощей с курицей              | 200      | 10,26 | 103          | 3,96   | 6,13  | 8,07     |
|            | 2 блюдо       | 232    | Рыба, запеченная под соусом          | 90       | 40,49 | 667          | 155,21 | 4,28  | 1,97     |
|            | гарнир        | 312    | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150      | 11,10 | 134          | 3,34   | 3,49  | 22,11    |
|            | хлеб черный   | 116    | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40       | 1,69  | 81           | 3,08   | 0,56  | 14,96    |
|            | фрукт         | 118    | Плоды свежие. Яблоки.                | 142      | 18,28 | 144          | 2,26   | 0,76  | 31,5     |
|            | напиток       | 376    | Чай витаминизированный с сахаром     | 200      | 1,71  | 122          | 1,4    | 0     | 29       |

Директор

Л.В.Воронина