

Школа

МБОУ "Андреевская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

9-12.12.2024

| Прием пищи | Раздел          | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | закуска         | 76     | Икра кабачковая диетическая (без уксуса) из уваренных овощей промышленного производства | 60       | 8,77  | 71           | 1,14  | 5,34  | 4,62     |
|            | горячее блюдо   | 295    | Птица запеченная порционная   | 100      | 43,65 | 191          | 22,48 | 11,19 | 0,15     |
|            | гарнир          | 304    | Рис отварной с маслом сливочным   | 150      | 6,81  | 210          | 3,65  | 5,38  | 36,68    |
|            | напиток горячий | 376    | Чай витаминизированный с сахаром  | 200      | 1,68  | 56           | 0,13  | 0,14  | 13,64    |
|            | хлеб белый      | 108    | Хлеб пшеничный  | 40       | 3,55  | 72           | 3,4   | 0,64  | 14,8     |
|            | фрукт           | 118    | Плоды свежие. Банан.  | 121      | 21,56 | 118          | 1,84  | 0,61  | 14,8     |
| Обед       | закуска         | 51     | Салат из свеклы и моркови   | 60       | 3,52  | 68           | 0,74  | 5,33  | 4,22     |
|            | 1 блюдо         | 96     | Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной                                    | 200      | 11,49 | 171          | 10,26 | 11,28 | 6,99     |
|            | 2 блюдо         | 232    | Рыба, запеченная под соусом   | 90       | 29,75 | 115          | 17    | 4,76  | 2,19     |
|            | гарнир          | 312    | Картофельное пюре с маслом сливочным  | 150      | 14,00 | 134          | 3,34  | 3,49  | 22,11    |
|            | напиток         | 430    | Чай с сахаром   | 200      | 1,35  | 56           | 0,19  | 0,04  | 13,66    |
|            | хлеб белый      | 108    | Хлеб пшеничный  | 30       | 2,66  | 54           | 2,55  | 0,48  | 11,1     |
|            | хлеб черный     | 116    | Хлеб ржано-пшеничный  | 40       | 1,87  | 81           | 3,08  | 0,56  | 14,96    |
|            | фрукт           | 118    | Плоды свежие. Банан.  | 120      | 21,37 | 115          | 1,8   | 0,6   | 25,2     |

Директор

Л.В.Воронина