

Школа ГБОУ СОШ №2 г.о.КИНЕЛЬ п.г.т. УСТЬ-КИНЕЛЬСКИЙ

День 29.09.23г.

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	243/204	Сосиска отварная,макароны отварные со сливочным маслом	260	50	434,9	15,35	19,43	43,46
	гор.напиток	883	Кисель плодоваягодный	200	7	54,1	0,024		21
	хлеб бел.	пр.	Хлеб пшеничный	50	3	87,5	2,2	0,2	17,5
	закуска	пр.	Икра кабачковая	60	7,8				
	доп.витамин								
	доп.витамин	пр.	Яблоко свежее порционно	180	18,01				
			Итого:	570	85,81	576,5	17,57	19,63	81,96
Обед	закуска								
	1 блюдо	197	Суп с рисом и куриным мясом	250	24,44	148,28	2,1	5,11	16,59
	2 блюдо	13	Капуста тушеная с куриным филе	220	50	302,2	15,3	19,1	17,9
	гарнир								
	сладкое	пр.	Маффин порционно	30	12	100	1,5	2,6	17
	хлеб.белый	пр.	Хлеб пшеничный	60	3,6	105	2,6	0,24	21
	хлеб чер.	пр.	Хлеб ржаной	40	2,4	46	1,25		18,5
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	2,5	40	0,53		10,47
доп.витамин.	пр.	Яблоко свежее порционно	180	18,01					
			Итого:	800	112,95	741,48	23,28	27,05	101,46