

Школа

МАОУ "СОШ №146"

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
ЗАВТРАК	Вторые блюда	№226/2018	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	250	38,96	301	10	12
	Горячие напитки	№459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4,39	41	0	0
	Фрукты	№517/2013	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	95	39,27	65	4	1
	Кондитерские/мучные	№555/2013г	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	16,45	223	4	7
	Хлеб	№574/2021	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,82	62	1	0
ОБЕД	Холодные закуски	№55/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	17,84	149	3	12
	Первые блюда	104/2018	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТ	250	11,86	107	2	7
	Вторые блюда	№372/2018	БИТОЧЕК ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	41,50	171	22	5
	Гарниры	№256/2018	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	12,90	268	7	8
	Холодные напитки	№494/2018	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	11,29	85	1	0
	Хлеб	№573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,72	70	3	0
	Хлеб	№574/2021	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,78	83	2	0

07.03.2023

Углеводы
39
10
9
36
13
7
9
9
42
20
14
18