

Школа

МАОУ "СОШ №146"

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
ЗАВТРАК	Холодные закуски	№10/2018	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	26,84	82	1	6
	Вторые блюда	№375/2018	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ	250	68,90	452	38	16
	Горячие напитки	№461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	2,40	60		0
	Хлеб	№573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,57	53	2	0
	Хлеб	№574/2021	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,18	52	1	0
ОБЕД	Холодные закуски	№107/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	17,33	11	1	0
	Первые блюда	№95/2018	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	300	20,13	198	4	10
	Вторые блюда	№345/2013	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	100	32,02	121	15	4
	Гарниры	№377/2021	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	19,45	200	4	8
	Холодные напитки	№491/2018	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	6,94	70	0	0
	Хлеб	№573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,48	88	4	0
	Хлеб	№574/2021	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,54	104	2	1

08.03.2023

Углеводы
6
39
15
10
11
2
23
7
28
17
17
22