

Школа

МБОУ Нижнепыхтинская ООШ

Отд./корп

День

03.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	125	каша манная молочная жидкая	200	18,13	215	6	8	29
	гор.напиток	261	чай с сахаром	200	1,45	57	0	0	14
	хлеб		хлеб пшеничный	50	3,96	118	4	0	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	2	салат из свежих помидор	100	16,00	63	1	5	5
	1 блюдо	45	суп картофельный с мясными фрикадельками	250	26,00	90	2	2	15
	2 блюдо	86	рыба ,запеченная в яйце	100	43,91	225	16	17	3
	гарнир	92	картофельное пюре	200	37,27	215	4	9	29
	сладкое	251	компот из яблок	200	4,58	98	0	0	24
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржано пшеничный	30	2,00	64	2	0	13
			фрукты	100	21,70	46	0	0	11
		итого за день		175,00					