

Школа

МБОУ "Лицей им.ак.И.А.Бакулова" пос.Вольгинский

Отд./корп

День 4

10.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	227	каша пшеничная молочная	200	105,03	2,43	6,69	8,79
	гор.напиток	207	какао с молоком	200	145,40	3,30	3,52	25,13
	хлеб	183	пшеничный	35	104,16	1,71	0,04	13,17
	выпечка	213	булочка с изюмом	50	146,25	5,55	2,70	24,95
	фрукт	4804	банан	220	206,90	3,33	0,00	48,40
Обед	1 блюдо	192	суп с фрикадельками	200	173,50	9,51	8,54	14,67
	2 блюдо	261	котлета мясная	75	265,16	16,37	16,68	12,40
	гарнир	252	гречка отварная	150	156,59	4,82	3,83	25,70
	напиток	5486	напиток из шиповника	200	114,98	0,36	0,02	28,34
	хлеб	184	пшеничный	50	144,20	2,50	0,40	15,10
			ржаной	48				