

Школа

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

Отд./корп

День

29.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	5499	голень куриная запеченная	75		148,50	13,50	10,50	0,00
	гор.напиток	135	чай с лимоном	200		61,20	0,07	0,01	15,21
	хлеб	183	пшеничный	35		104,16	1,71	0,40	13,70
	гарнир	218	рис отварной	120		191,18	5,22	3,03	35,77
	овощи	187	салат из свеклы	100		17,50	0,80	0,09	3,38
Завтрак 2	фрукты				73,69				
	выпечка	155	булочка с корицей	50		151,70	3,43	4,97	23,23
Обед	закуска								
	1 блюдо	211	суп рисовый с курицей	250		223,21	13,59	11,36	16,64
	2 блюдо	5533	котлета рыбная	90		188,95	19,65	6,08	13,92
	гарнир	154	картофельное пюре	150		172,13	4,20	3,83	30,21
	сладкое								
	хлеб бел.	184	пшеничный	50		144,20	2,50	0,40	15,10
	хлеб черн.	184	ржаной	48		144,20	2,50	0,40	15,10
	напиток	146	компот из сухофруктов	200		114,98	0,36	0,02	28,34
					103,16				