

Школа

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

Отд./корп

День

21.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	омлет натуральный	150		227,31	16,74	16,40	3,19
	гор.напиток	135	чай с лимоном	200		61,20	0,07	0,01	15,21
	хлеб	180	бутерброд с сыром	50		87,46	1,68	4,40	10,29
	овощи								
	фрукты	4804	банан	100		206,90	3,33	0,00	48,40
Завтрак 2	фрукты				73,69				
Обед	закуска								
	1 блюдо	191	суп гороховый	250		324,56	26,46	11,06	29,79
	2 блюдо	258	котлета куриная	90		136,69	20,79	3,09	6,43
	гарнир	252	гречка отварная	150		156,59	4,82	3,84	25,70
	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	244	компот ягодный	200		85,30	0,20	0,02	21,08
					103,16				