Быковских Андрей Юрьевич

Подписано цифровой подписью: Быковских Андрей Юрьевич
Дата: 2022.04.28 21:37:01 +03'00'

Школа: МБОУ "Ильинская СОШ" | Отд./корп: 1-4 класс | День: 29.04.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 246 | Изделия макаронные отварные | 150 | 5,49 | 187 | 5,16 | 3,6 | 33,34 |
| | | 405 | Курица в соусе томатном | 90 | 42,96 | 144 | 10,2 | 10,13 | 3,08 |
| | гор.напиток | 629 | Чай с лимоном | 180 | 3,58 | 51 | 0,22 | 0,05 | 12,47 |
| | хлеб | 114 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,06 | 54 | 2,55 | 0,48 | 11,1 |
| | закуска | 11 | Салат из моркови, яблок и апельсинов | 60 | | 33 | 1,09 | 0,27 | 6,52 |
| | | 14 | Масло сл.(порц) | 10 | 6,28 | 66 | 0,08 | 7,25 | 0,13 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | 118 | Плоды свежие. Яблоко. | 200 | 14,98 | 192 | 3 | 1 | 42 |
| | соки | | | 200 | 14,00 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 31 | Салат из редиса с огурцами и яйцом | 60 | | 51 | 1,42 | 4,42 | 1,56 |
| | 1 блюдо | 96 | Щи из сежей капусты с картофелем и с мясом | 200 | 15,20 | 171 | 10,26 | 11,28 | 6,99 |
| | 2 блюдо | 278 | | 90 | 26,27 | 214 | 26,74 | 10,28 | 3,76 |
| | гарнир | 434 | Картофельное пюре | 150 | 14,86 | 131 | 3,03 | 4,17 | 20,04 |
| | сладкое | 388 | Напиток из плодов шиповника | 180 | 6,43 | 79 | 0,61 | 0,25 | 18,68 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,29 | 81 | 3,08 | 0,56 | 14,96 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |