

Школа

МБОУ СОШ № 45 СТ. СЕВЕРСКОЙ МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМЕНИ ГЕРС

Отд./корп

7-11 лет

День

16.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	плов из птицы	200	45,9	399	15	16	40
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200	6,5	31	0	0	8
	хлеб бел.	ПП	хлеб пшеничный	20	1,35	47	2	0	10
	хлеб черн.	ПП	хлеб ржаной	20	1,44	41	1	0	9
	закуска	71	овощи натуральные по сезону/томаты свежие/	60	14,95	14,4	1	0	2
Обед	фрукты	338	фрукты свежие/мандарины	100	27,75	57	1	0	12
	1 блюдо	96	рассольник ленинградский	200	6,9	91	2	4	12
	гарнир	223	запеканка из творога/молоко сгущен.	180	41,5	378	15	16	42
	напиток	378	чай с молоком	200	7,2	67	2	1	12
	хлеб бел.	ПП	хлеб пшеничный	30	2,02	71	2	0	15
	хлеб черн.	ПП	хлеб ржаной	20	1,44	41	1	0	9
Полдник	гор.блюдо	9	бутерброд с котлетой мясной и солеными огурц	150	45,6	247	12	14	25
	напиток	342,1	компот из свежих плодов	180	7,6	58	0	0	14

Школа

МБОУ СОШ № 45 СТ. СЕВЕРСКОЙ МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМЕНИ ГЕРС

Отд./корп

12-18 лет

День

16.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	плов из птицы	200	45,9	399	15	16	40
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200	6,5	31	0	0	8
	хлеб бел.	ПП	хлеб пшеничный	40	2,7	94,7	3,1	0,2	20,1
	хлеб черн.	ПП	хлеб ржаной	20	1,44	41	1	0	9
	закуска	71	овощи натуральные по сезону/томаты свежие/	100	24,92	24	1,2	0,2	3,8
Обед	фрукты	338	фрукты свежие/мандарины	150	41,6	57	1	0	12
	1 блюдо	96	рассольник ленинградский	250	8,6	101	4	6	28
	гарнир	223	запеканка из творога/молоко сгущен.	220	45,65	495,1	20,1	23,5	48,3
	напиток	378	чай с молоком	200	7,2	67	2	1	12
	хлеб бел.	ПП	хлеб пшеничный	50	4,04	118,4	2	0	15
	хлеб черн.	ПП	хлеб ржаной	40	2,88	81,6	1	0	9
Полдник	гор.блюдо	9	бутерброд с котлетой мясной и солеными огурц	170	51,6	312,2	13,2	15	33
	напиток	342,1	компот из свежих плодов	180	7,6	58	0	0	14