

Школа

МБОУ СОШ № 45 СТ. СЕВЕРСКОЙ МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ГАВРИЛОВА П.М

Отд./корп

-

6 День

27.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	212	лапшевник с творогом и сгущенным молоком	180	34,6	343	11	12	45
	напиток	378	чай с молоком	180	7,5	50	2	1	9
	хлеб черн.	пп	хлеб ржаной	20	1,44	41	1	0	9
	закуска	338	фрукты свежие по сезону/яблоки	100	8,55	44	0	0	10
	хлеб	209	яйца вареные	40	5,89	61	5	5	0
Обед	закуска	67	салат из моркови с чесноком	60	8,5	48	1	3	4
	1 блюдо	102	суп картофельный с бобовыми	200	6,9	117	5	4	15
	гарнир	143	рагу из овощей	150	11,5	134	2	7	13
	2 блюдо	278	тефтели мясные	120	38,9	254	7	12	34
	напиток	386	кисломолочный напиток /кефир	180	15	95	5	5	7
	хлеб бел.	пп	хлеб пшеничный	30	2,02	71	2	0	15
	хлеб черн.	пп	хлеб ржаной	30	2,16	61	2	0	13
Полдник	гарнир	125	картофель отварной	150	5,9	121	3	6	17
	2 блюдо	234	котлеты рыбные с маслом 90/5	95	35,6	94	4	5	7
	напиток	382	какао с молоком	180	7,2	96	3	3	14
	хлеб	пп	хлеб ржаной	20	1,44	41	1	0	9