

Школа

МОУ "Матаканская ООШ"

Отд./корп

День

03.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	огурцы свежие	20	16497,00	44653	0.14	0.02	0.38
	1 блюдо	87	суп с рыбными консервами	200	25.0	123.8	24959	26390	13759
	2 блюдо	304	рис отварной	150	15.0	210.11	24532	15462	36.57
	гарнир	290	курица тушенная	80	29.0	101.2	13.87	31625	19756
	сладкое								
	хлеб бел.		пшеничный хлеб	40	3.0	93.52	42430	0.4	19.32
	хлеб черн.								
		859	компот из плодов свежих	200	11.0	97.6	0.16	0.16	23.88
			всего за день		86.45	628.63	26.68	19.58	92.06