Школа

МОУ "Матаканская ООШ"

Отд./корп

День

06.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		зеленый горошек	20	16589,00	8.0	0.62	0.04	44621
	1 блюдо	96	рассольник	200	25.0	71.8	14977	35125	11841
	2 блюдо	302	гречка отварная	150	17.0	191.86	44812	44565	39.84
	гарнир	268	котлета мясная	50	25.0	144.17	18080	16285	44686
	сладкое								
	хлеб бел.		пшеничный хлеб	40	3.0	93.52	42430	0.4	19.32
	хлеб черн.								
		869	кисель	200	10.0	111.6	0.07	0.04	44674
			всего за день		86.45	620.95	21.65	16.98	95.32