

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								
	1 блюдо								
	2 блюдо	302	гречка отварная	150	17.0	191.86	44812	44565	39.84
	гарнир	268	котлета мясная	35	17.0	100.92	45413	33359	31107
	сладкое								
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	20	1.0	46.76	21186	0.2	24351
	хлеб черн.								
		869	кисель	200	10.0	111.6	0.07	0.04	44674
			всего за день		45,00	451.14	15.79	45931	76.39