

Школа

МКОУ СОШ № 4 с. Новомоскайловка

Отд. горн

День

11.10.2014

Прием пищи	Раздел	№ р-ц	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	476	Сосиски отварная	40	11-20	132,95	5,55	11,95	0,8
	гарнир	615	Рис с маслом.	150	7-49	239,66	3,64	9,9	34
	закуска	49	Салат из моркови	60	4-75	50,16	0,72	1,14	8,58
	гор напиток	837	Несладк. чай с мед.	200	5-34	127	9,08	1,4	20,5
	хлеб	-	Хлеб пшеничный	50	3-10	100,95	3,5	0,55	20,5
		-	масло сливочное	10	4-70	74,8	0,1	8,25	0,09
		-	Стевия.	20	3,60	128,7	1,7	4,7	21,7
Завтрак 2	фрукты								
	молоко	-	молоко	200	20-00	59	3,0	3,2	4,7
Обед	закуска	112	Салат свежий.	60	4-72	47,9	1,5	1,9	6,2
	1 блюдо	208	Суп картоф. с сайр.	250	18-28	138	7,0	8,9	18
	2 блюдо	443	Жаркое по-домашнему	200	23-78	430,8	22,25	24,2	31
	гарнир								
	напиток	454	Компот из св. яблок	200	6-33	92,96	0,14	23,1	0,56
	хлеб бел.								
	хлеб чёрн.	-	Хлеб ржаной	50	3-10	92,96	3,33	0,33	19,2