

Школа

МБОУ «МБОУ Ш-И поселка Эгвекинот»

Отд./корп

День

31.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		272	Каша ячневая с молоком	250		171,40	3,17	5,41	28,50
		197	Чай с сахаром	200		37,90	0,60	-	10,06
		277	Хлеб пшеничный	70		166,60	5,32	0,56	34,02
		331,01	Шоколад молочный	40		214,00	3,08	11,88	23,76
			Всего:	560	78,46	589,90	12,17	17,85	96,34
Завтрак 2		308	Какао с молоком	200		169,82	6,20	6,40	22,36
		310,01	Чоко-пай	60		258,00	2,60	10,80	38,92
			Всего:	260	48,40	427,82	8,80	17,20	61,28
Обед		292,01	Салат из консервированной кукурузы	30		17,40	0,66	0,12	3,36
		76,02	Суп рыбный из консервов	250		123,22	2,91	3,68	19,07
		23001	Каша гречневая рассыпчатая с тушенкой	230		323,71	15,04	10,15	35,24
		210	Компот из сухофруктов	200		87,00	0,33	-	21,66
		299,01	Хлеб пшеничный	100		238,00	7,60	0,80	48,60
			Всего:	810	124,00	789,33	26,54	14,75	127,93
Полдник		3,1	Бутерброд с вареной сгущенкой	110		298,60	8,52	3,96	56,42
		197	Чай с сахаром	200		37,90	0,60	-	10,06
			Всего:	310	35,58	336,50	9,12	3,96	66,48
Ужин		229,01	Макароны с тушенкой	230		343,80	13,11	14,24	40,43
		185	Сок томатный	200		36,00	2,00	0,20	5,80
		299,01	Хлеб пшеничный	100		238,00	7,60	0,80	48,60
			Всего:	530	87,71	617,80	22,71	15,24	94,83
Ужин 2		1994	Молоко	200		116,00	5,60	6,40	9,40
			Всего:	200	21,00	116,00	5,60	6,40	9,40