

Школа МБОУ СОШ № 1 г. Покров

День

20.09.2023

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Бесплатный завтрак	294	Котлета из птицы запеченная 1/100	100	214	10	13	16
	128	Пюре картофельное 1/150	150	128	3	4	20
	342	Компот из яблок 1/200	200	70	0	0	17
	17615	Хлеб пшеничный 2/26	52	154	4	4	26
		итого	502	566	17	21	79
Бесплатный обед	24	Салат из свеклы с маслом 1/60	60	111	1	10	4
	96	Рассольник "Ленинградский" 1/200	200	116	4	5	14
	273	Печень тушеная в молочном соусе 1/100	100	186	15	9	11
	143	Макароны отварные с маслом 1/150	150	222	5	5	38
	375	Чай с сахаром 1/200	200	32	0	0	8
	59309	Хлеб ржаной 2/30	60	146	4	2	28
		итого	770	813	29	31	103
Бесплатный полдник	442	Плюшка сахарная 1/100	100	339	8	11	54
	351	Кисель ягодный витаминизированный 1/200	200	56	0	0	13
		итого	300	395	8	11	67
		всего	1572	1774	54	63	249