Школа МБОУ Яшкинская СОШ" Отд./корп 7-11 День 01.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 184 | Каша пшённая молочная | 20 | 12.70 | 179.2 | 4.4 | 6.0 | 27.0 |
| | | 14 | Сыр порциями | 15 | 12.00 | 54.6 | 3.5 | 4.4 | 0.0 |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 430 | Чай с сахаром с молоком | 200 | 7.89 | 88.9 | 1.8 | 1.4 | 17.7 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшен. | 30 | 1.80 | 94.7 | 2.3 | 0.2 | 15.1 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 20 | 1.20 | 40.8 | 1.3 | 0.2 | 8.5 |
| | | | Яблоко | 110 | 10.45 | 109.8 | 1.8 | 1.4 | 22.5 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | 395.00 | 46.04 | 568.00 | 15.10 | 13.60 | 90.80 |

Директор МБОУ "Яшкинская СОШ" А.Н.Ефремов