

Школа

ГБОУ СОШ № 7 г. Кинеля

Отд./корп

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность |
|------------|-------------|----------|------------------------------------------|----------|--------|--------------|
| Завтрак | гор.блюдо | 222, 70 | Плов из курицы, огурец | 250 | 60,58 | 281 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 10 | 57 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный | 50 | 4 | 119 |
| | | | | | 74,58 | |
| | | | Апельсин (порционно) | 30 | 19,81 | 56 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Обед | закуска | 67 | Винегрет овощной | 60 | 15 | 80 |
| | 1 блюдо | 101 | Суп картофельный с крупой | 250 | 22 | 102,9 |
| | 2 блюдо | 243, 203 | Сосиски отварные с макаронными изделиями | 200 | 55,43 | 332 |
| | напиток | ПР | Сок фруктовый | 200 | 7 | 85 |
| | хлеб | ПР | Хлеб пшеничный в/с, ржаной | 60 | 5 | 126 |
| | | | | | 104,43 | |
| | | | Апельсин (порционно) | 30 | 19,81 | 56 |
| | | | | | | |

День

09.12.2024

| Белки | Жиры | Углеводы |
|-------|------|----------|
| 10 | 12 | 45 |
| 0 | 0 | 15 |
| 3 | 0 | 24 |
| | | |
| 6 | 3,5 | 11,7 |
| | | |
| | | |
| 1 | 6 | 5 |
| 2,4 | 3,26 | 14,54 |
| 11 | 15 | 38 |
| 1 | 0 | 21 |
| 4 | 0 | 25 |
| | | |
| 6 | 3,5 | 11,7 |
| | | |
| | | |