

ШКОЛА

МБОУ Истоки г.о. Самара

Отд./корп

День

02-04-2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	324	Каша пшеничная молочная	230	16,00	206	6,400	8,000	26,700
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	10,00	93	3,100	3,300	12,600
	хлеб								
		11	Батон с маслом	40	15,00	157	2,300	10,200	15,900
		14	Сыр порциями	20	12,00	60	4,300	5,500	
		52	Банан	70	28,00	66	1,000	0,300	14,400
					81,00	582			
Обед	закуска	34	Свежий огурец	60	12,00	4	0,300		0,700
	1 блюдо	67	Щи из свежей капусты со сметаной на м/к бульоне	200	9,00	95	13,800	17,200	6,700
	2 блюдо	244	Плов из отварной говядины	190	59,00	315	9,600	11,300	30,200
	гарнир								
	хлеб бел.	2	хлеб пшеничный	41	3,00	98	3,100	0,200	20,200
	хлеб черн.	1	хлеб ржаной	44	3,00	86	2,600	0,500	15,800
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника + С вит	200	8,00	102	0,600	0,300	27,200
					94,00	700			



Директор

С.А.КОРНИЛОВА