

ШКОЛА

МБОУ Истоки г.о. Самара

Отд./корп

День 19-04-2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	8	Каша молочная "Дружба"	230	21,00	228	6,700	9,200	29,100
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200	2,00	55	0,100	0,000	13,800
	хлеб								
		11	Бутерброд с маслом	40	17,00	166	3,100	11,200	16,600
			Сыр (порциями)	18	15,00	66	4,200	5,300	0,000
			Яблоко	111	20,00	52	0,400	0,400	10,800
					75,00	567			
Обед	закуска	19	Салат из огурцов и помидоров	60	14,00	39	0,100	4,100	0,400
	1 блюдо	58	Борщ на м/к бульоне со сметаной	200	12,00	119	5,500	6,300	15,200
	2 блюдо	246	Гуляш из отварной говядины	90	54,00	158	15,600	16,500	2,500
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	150	9,00	210	5,800	4,000	37,500
	хлеб бел.	2	Хлеб пшеничный	42	3,00	99	2,800	0,200	18,600
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	42	3,00	81	2,600	0,500	15,600
	напиток	349	Напиток из лимона + С вит	200	4,00	60			14,800
				99,00	766				

Директор

С.А.КОРНИЛОВА

ИСТОКИ