

Школа

ГБОУ ООШ № 21 г.Новокуйбышевска

Отд./корп

школа

День

19.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов из птицы	200		306	30	22	32
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200/15		60	0	0	15
	хлеб	п/п	хлеб сельский (пшеничный)	1/30		64	2	0	13
	овощи	71	помидор свежий	30		3	0	0	1
	Итого				59,10	433			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	огурец свежий	30		5	0	0	1
	1 блюдо	103	суп картофельный с лапшой	250		133	3	3	24
	2 блюдо	260	гуляш	70		94	11	4	3
	гарнир	171/302	каша перловая рассыпчатая	150		203	4	5	36
	сладкое	342	компот из свежих яблок с добавлением витамина С	200		117	0	0	29
	хлеб бел.	п/п	хлеб сельский (пшеничный)	1/30		64	2	0	13
	хлеб черн.	п/п	хлеб дарницкий (ржаной)	1/20		39	1	0	8
	Итого				73,60	653			