

Школа

ГБОУ ООШ № 21 г.Новокуйбышевска

Отд./корп

школа

День

21.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	000/312	Омлет натуральный	106		280			
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200/15		60	0	0	15
	хлеб	п/п	хлеб сельский (пшеничный)	1/30		64	2	0	13
				30		5	0	0	1
						487			
Завтрак 2	фрукты	338	яблоко свежее	150		78	0	0	13
	итого		завтрак и завтрак 1		59,10	482			
Обед	закуска	32	Бабушкин салатик	60		101	2	7	7
	1 блюдо	101/226	Суп картофельный с пшеном рыбой	250/20		160	7	5	20
	2 блюдо	61	Капуста тушенная с мясным фаршем	180		258	18	5	22
	гарнир			130		155	4	4	23
	сладкое	342	компот из сухофруктов с добавлением витамина С	200		88	0	0	22
	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	709		