Школа МОУ Пижемская СОШ Отд./корп День 10.12.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 215 | Омлет натуральный | 110 | 25,00 | 188,23 | 10,72 | 15,18 | 2,11 |
| | | 15 | Сыр | 20 | 13,30 | 71,66 | 4,64 | 5,90 | 0,00 |
| | гор.напиток | 382 | Какао на молоке | 200 | 10,90 | 125,11 | 3,78 | 0,67 | 26,00 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,15 | 93,52 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| | | 338 | Фрукты | 150 | 24,33 | 66,60 | 0,64 | 0,64 | 15,68 |
| | | 14 | Масло сливочное | 10 | 7,56 | 65,72 | 0,60 | 0,60 | 14,70 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |