Школа МОУ Пижемская СОШ Отд./корп День 20.12.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 304/243 | Рис/Сосика | 150/70 | 11,2/28 | 210,11/87,9 | 3,67/4,7 | 5,42/7,5 | 36,67/0,4 |
| | | 331 | Соус сметанный с томатом | 50 | 5,00 | 24,00 | 0,60 | 1,00 | 3,10 |
| | гор.напиток | 76 | Чай с лимоном | 200 | 3,00 | 40,00 | 0,53 | 0,00 | 9,47 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,15 | 93,52 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| | | 209 | Яйцо варёное | 40 | 9,75 | 62,84 | 5,08 | 4,60 | 0,28 |
| Завтрак 2 | | | Печенье | 50 | 9,69 | 208,00 | 3,75 | 4,90 | 37,20 |
| | фрукты | 338 | Фрукты | 160,00 | 24,14 | 81,00 | 1,92 | 0,42 | 17,36 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |