

Школа

МАОУ СОШ №21

Отд./корп

День

09.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ п/п	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	292	Куршун	150/30	2558	135	12,52	44,75	372
	гор. напиток	15	Сыр	10	2,35	23	2,95	0	47
	хлеб	376	Хлеб с сахаром	200	2,34	0,2	0,1	15	60
			Хлеб с маком	30	2,85	1,95	0,6	13,8	69
Завтрак 2	фрукты		Фрукты	100	13,78	0,4	0,4	9,8	47,00
					519				
Обед	закуска	484	Макаронный суп	60	5,7	0,68	2,72	5,88	39,60
		55	Сметанная каша	200	2,3	1,60	4,16	4,84	40,40
		24/50	Компот	10/30	2,72	11,76	11,02	13,4	199,00
		468	Макаронный суп	150	2,94	5,50	4,80	38,30	191,00
		592	Салат	200	5,14	1	0,2	19,8	86,00
			Сладкое	30	1,95	2,4	0,5	12	66,22
	хлеб бел.			30	1,65	3,2	11,1	47,1	
	хлеб черн.								