

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "28" 09 2021

За наличный расчет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	140/40	51,94	294,00	14,86	16,58	22,80
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	5,93	1,40	1,60	12,36	70,00
	добавка	гп	Вафли	20	6,57	63,59	1,07	1,40	11,67
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	29	1,52	42,00	1,03	0,21	9,40
		гп	Хлеб пшеничный	29	2,04	45,76	1,76	0,03	8,82
					68,00	446,75	20,32	30,58	122,69
	закуска	1	Кукуруза консервированная	30	12,10	43,75	0,29	2,98	9,60
	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	140/40	51,94	108,75	1,72	6,18	11,66
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	10,37	97,00	0,68	0,28	19,64
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	29	2,04	41,60	1,76	0,03	8,02
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	29	1,56	40,00	0,98	0,20	8,95
					78,00	331,10	5,43	9,67	57,87
	закуска	1	Кукуруза консервированная	35	8,47	43,75	0,29	2,98	9,60
	1 блюдо	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	235/5/10	14,47	108,75	1,72	6,18	11,66
	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	140/40	51,94	108,75	1,72	6,18	11,66
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	10,37	97,00	0,68	0,28	19,64
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	39	2,69	74,88	2,88	0,05	14,44
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	38	2,06	70,00	1,72	0,35	15,66
					90,00	459,38	8,72	13,04	73,06

