

Школа МБОУ "Судогодская СОШ №2" Отд./корп 1-4 класс День 24.05.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 31 | Салат из отварной моркови с зеленым горошком | 60 | 5,69 | 67 | 1,54 | 4,51 | 4,96 |
| | горячее блюдо | 211 | Омлет с сыром | 180 | 66,14 | 276 | 17,6 | 21,36 | 3,25 |
| | напиток горячий | 514 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 9,06 | 94 | 2,9 | 3,07 | 13,63 |
| | хлеб белый | 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,44 | 72 | 3,4 | 0,64 | 14,8 |
| | хлеб черный | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,69 | 58 | 2,31 | 0,42 | 13,76 |
| Обед | 1 блюдо | 104 | Рассольник ленинградский с птицей отварной, со сметаной | 200 | 9,74 | 156 | 11 | 11,48 | 8,8 |
| | 2 блюдо | 460 | Котлеты, рубленые из птицы | 90 | 32,42 | 180 | 25,29 | 5,22 | 10,77 |
| | гарнир | 139 | Капуста тушеная | 150 | 15,31 | 109 | 3,42 | 4,57 | 13,6 |
| | напиток горячий | 430 | Чай с сахаром | 180 | 1,26 | 56 | 0,19 | 0,04 | 13,66 |
| | хлеб черный | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,27 | 58 | 2,31 | 0,42 | 11,22 |