

Школа

МБОУ "Судогодская СОШ №2"

Отд./корп

1-4 класс

День

5

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------------|---------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 106/131 | Овощи натуральные. Помидоры./ Зеленый горошек отварной | 60 | 9,09 | 18 | 1,39 | 0,12 | 3,03 |
| | горячее блюдо | 316 | Омлет с картофелем | 170 | 42,13 | 329 | 11,79 | 23,62 | 17,22 |
| | сыр | 15 | Сыр (порциями) | 20 | 12,81 | 77 | 4,92 | 6,32 | 0 |
| | напиток горячий | 376 | Чай витаминизированный с сахаром | 200 | 1,67 | 56 | 0,13 | 0,14 | 13,64 |
| | хлеб белый | 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,55 | 72 | 3,4 | 0,64 | 14,8 |
| | фрукт | 118 | Плоды свежие. Банан. | 100 | 16,77 | 117 | 1,83 | 0,61 | 25,62 |
| Обед | 1 блюдо | 143 | Суп рыбный | 200 | 9,36 | 130 | 7,26 | 0,59 | 10,46 |
| | 2 блюдо | 304 | Котлеты домашние комбинированные | 90 | 36,31 | 202 | 14,36 | 11,39 | 10,26 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150 | 11,13 | 134 | 3,34 | 3,49 | 22,11 |
| | напиток горячий | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,33 | 56 | 0,19 | 0,04 | 13,66 |
| | хлеб черный | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,87 | 81 | 3,08 | 0,56 | 14,96 |