Школа МБОУ СОШ №3 г. Чадана Отд./корп День 19.01.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | Какао с молоком | 200 | 10.00 | 177.56 | 4.62 | 4.02 | 43.80 |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Салат Оливье с мясом | 80 | 15.00 | 186.16 | 5.44 | 15.36 | 5.84 |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | Рыба запеченная под молочным соусом | 90 | 35.00 | 159.20 | 11.70 | 10.300 | 5.00 |
| | гарнир | | Каша рассыпчатая пшенная | 180 | 15.00 | 256.45 | 7.920 | 5.260 | 42 |
| | сладкое | | Конфета | 26 | 7.25 | 190.80 | 3.440 | 8.520 | 26.28 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | 3.00 | 85.70 | 2.40 | 0.80 | 16.70 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |