

МБОУ "ООШ пос.Мичурина"

Отд./корп

День

07.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка из творога	150		289,4	23,85	11,55	22,5
		14	Масло сливочное (Порциями)	10		74,6	0,08	8,20	0,1
	гор.напиток	459	Чай с лимоном	200		39,0	0,03	0,10	9,5
	хлеб	878	Хлеб пшеничный	60		120,9	4,73	0,60	24,1
		338	Яблоко	80		75,6	1,20	0,40	16,8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп рисовый с мясом	250		176,2	10,1	6,7	18,9
	2 блюдо	142	Картофель и овощи тушеные в соусе	150		217,0	3,3	12,6	22,7
	гарнир	42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60		75,0	0,7	3,7	9,7
	напиток	459	Чай с лимоном	180		35,1	0,0	0,1	8,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		144,3	4,7	0,6	30,0
	хлеб черн.								