

Школа

МБОУ СОШ №9 города Владимира

Отд./корп

День

09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Лапша молочная	155		107,00	4,10	4,60	12,10
			Бутерброд с сыром	60		176,10	8,21	6,47	21,26
	фрукты		Фрукты свежие	150		67,01	0,60	0,60	14,79
	гор.напиток		Кофейный напиток с молоком	200		98,08	2,60	1,83	17,80
Обед	закуска		Салат из моркови с маслом	60		92,40	0,54	6,06	8,94
	1 блюдо		Суп картофельный с рыбой	200		149,00	8,30	6,00	14,20
	2 блюдо		Курица отварная с соусом	90		141,00	10,50	10,10	2,00
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150		215,26	3,82	4,44	40,01
	хлеб чер.		Хлеб ржаной	40		64,00	2,65		13,40
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40		104,68	3,00	1,16	20,56
	напиток		Напиток из плодов шиповника	200		123,72	0,68	0,28	29,62

Школа

5-11 класс

Отд./корп

День

09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Лапша молочная	210		144,97	5,55	6,23	16,39
			Бутерброд с сыром	50		160,20	7,46	6,18	16,12
	фрукты		Фрукт (яблоко)	150		67,01	0,60	0,60	14,79
	гор.напиток		Кофейный напиток с молоком	200		98,08	2,60	1,83	17,80
Обед	закуска		Салат из моркови с маслом	100		154,00	0,90	10,10	14,90
	1 блюдо		Суп картофельный с рыбой	200		186,25	10,40	7,50	17,75
	2 блюдо		Курица отварная с соусом	100		1556,66	11,66	11,22	2,22
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	180		258,31	4,58	5,33	48,01
	хлеб чер.		Хлеб ржаной	40		64,00	2,65		13,40
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40		104,68	3,00	1,16	20,56
	напиток		Напиток из плодов шиповника	200		123,72	0,68	0,28	29,62