

Школа

МБОУ СОШ №9 города Владимира

Отд./корп

День

20.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо		Оладьи	150		399,70	11,66	11,70	62,19
			Джем	30		83,36	0,15	0,00	21,78
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200		100,30	3,64	3,34	15,02
-			Йогурт	125		69,53	5,13	1,88	7,38
-		1/6	Яйцо отварное	40		62,78	5,08	4,60	0,28
Обед	закуска		Помидор	60		15,25	0,65	0,12	3,06
	1 блюдо	19/2	Суп картофельный с рыбой	200		110,90	3,35	4,00	15,80
	2 блюдо		Капуста тушеная с мясом	240		324,80	13,46	24,40	14,97
	хлеб чер.		Хлеб ржаной	32,5		62,85	2,15	0,39	13,55
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20		44,78	1,32	0,13	9,38
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	200		74,32	0,24	0,1	19,49

Школа

5-11 класс

Отд./корп

День

20.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо		Оладьи	170		453,00	13,22	13,30	70,48
			Джем	30		83,36	0,15	0,00	21,78
	гор.напиток	36/10	Какао с молоком	200		100,30	3,64	3,34	15,02
-			Яблоки	150		73,02	0,60	0,60	17,40
Обед	закуска		Помидор	100		25,41	1,08	0,2	5,1
	1 блюдо	19/2	Суп картофельный с рыбой	250		138,60	4,19	5,00	19,75
	2 блюдо		Капуста тушеная с мясом	280		378,90	15,70	28,40	17,46
	хлеб чер.		Хлеб ржаной	32,5		62,85	2,15	0,39	13,55
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20		44,78	1,32	0,13	9,38
	напиток	29/10	Чай с лимоном	200		20,53	0,12	0,02	5,06