

Школа

МБОУ "СОШ №4" г. Лесосибирска

Отд./корп

День

22.12.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	276	Тефтели мясные с соусом	100/50		278,8	14,73	16,1	18,6
	гарнир	87	Каша перловая	180		153,56	52,49	1,25	35,06
	напиток	114	Чай с сахаром лимоном	200/15/7		60	0,26	0	15,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	40/		187,74	3,16	10,48	19,62
Обед	закуска	кон	Салат из свежих помидор мас раст	100		76	1	6,2	3,8
	1 блюдо	170	Борщ с капустой и картофелем кур	250/25		162	6,36	9,51	125,2
	2 блюдо	51	Жаркое по-домашнему	230		322,6	19,02	17,23	20,05
	гор.напиток	114	Чай с сахаром	200/15/		60	0,26	0	15,2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	80/		275,8	12,52	9,04	39,8


 Директор школы Измайлова Н.Я.