

Школа

МБОУ гимназия №9 города Кузнецка

Отд./корп

День

14.01.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Гречка	100	15,78	115	28	29	76
	гор.напиток		компот из сухофруктов	200	4,22	134	0	0	16
	гарнир		биточки из курицы	45	15,26	138	12	25	77
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		салат из помидор	80	4,74	42,70	1,2	0,0	2,7
	1 блюдо		суп вермиш с мясными фрикадельками	250 / 15	20,00	152,40	12,18	10,8	28,2
	2 блюдо		плов из говядины	10 / 100	32,52	217,49	4,44	5,5	5,76
	сладкое		компот из урюка	200	4,14	134,00	0	0	17,2
	хлеб бел.		пш.	50	2,57	118,00	7	0,02	20,3
			Конфета "Ромашка"	1 шт.	9,00	97,5	2,5	19	61