

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Петушки

День

6 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша пшенная	200	22.00	170.27	8.50	3.62	27.05
	хлеб	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	20.00	152.00	4.72	10.42	18.39
	напиток	378	Чай с молоком	200	10.00	82.07	1.61	3.00	11.25
	фрукт свежий	338	Фрукт свежий	200	24.09	71.50	1.00	0.40	15.40
			Итого завтрак	650	76.09	475.84	15.83	17.44	72.09
Обед	закуска	47	Салат из квашеной капусты // Огурец свежий	60	8.00	48.67	0.64	2.06	6.48
	1 блюдо	99	Суп из овощей с мясом говядины	200	17.82	85.00	1.08	5.50	7.00
	2 блюдо	261	Печень тушенная в соусе	100	42.03	198.00	14.20	13.57	10.80
	гарнир	309	Макароны отварные	150	15.00	177.25	2.97	4.85	34.82
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	12.00	47.90	0.11	0.11	11.63
	хлеб	19	Хлеб ржаной	40	5.00	116.55	3.74	0.68	21.65
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40	7.00	135.00	3.80	0.45	24.75
			Итого обед	790	106.85	808.37	26.54	27.22	117.13
			Итого день 6	1440		1284.21	42.37	44.66	189.22