

Школа

МАОУ СШ №9 с УИОП г.Павлово

Отд./корп

День

11.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Примерное количество Х.Е.
Завтрак	гор.блюдо	№177	Каша пшенная с цукатами с м/с	200-5	23,73	307,29	7,88	11,76	42,84	3,57
	гор.напиток									
	хлеб	№11	Горячий бутерброд с колбасой и сыром	52,00	16,68	125,81	6,62	5,18	13,07	1,08
			Йогурт "Эрмигурт 3,2%"	100,00	28,50	420,00	2,00	3,00	16,00	1,30
			Молоко витаминизированное 3,2% ж	30,00	23,85	120,00	5,80	6,40	9,40	0,80
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска									
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200-5	9,39	65,26	1,62	3,10	7,52	0,63
	2 блюдо	№177	Каша пшенная с цукатами	200,00	20,50	274,24	7,84	8,14	42,80	3,56
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.	№11	Горячий бутерброд с колбасой и сыром	52,00	16,68	125,81	6,62	5,18	13,07	1,08
	хлеб черн.	№481	Хлеб ржаной	30,00	2,22	52,20	1,98	0,36	10,02	0,84
			Молоко витаминизированное 3,2% ж	200,00	23,85	120,00	6,00	6,00	9,00	0,80
		Йогурт "Сливочный гек"	100,00	19,60	410,00	2,00	3,00	17,00	1,41	