

Школа МБОУ ШКОЛА № 77 Г.О. САМАРА

Отд/корп

День 14.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№173стр163	Каша вязкая молочная из рисовой крупы 200/5	205		248,50	5,38	6,58	41,94
		ттк342	Какао с молоком 215 шк.	215		93,20	3,72	3,36	12,20
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
		№338стр253	Яблоко свежее 170	170		79,90	0,68	0,68	16,60
Завтрак:				620,00		490,00	11,68	11,55	83,84

Итого завтрак: 75,00

Обед		№45стр 99	Салат из белокочанной капусты 50	50		30,20	0,66	1,62	3,23
		№ 289	"Уха "Золотая рыбка",зелень 250/20/2 шк.	272		106,00	2,20	2,78	15,39
		№284стр228	Запеканка картофельная с мясом 205	205		471,00	23,50	29,50	28,00
		ттк№349/4	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				787,00		868,41	31,58	34,67	104,93

Итого обед: 96,00

Полдник	ттк	Корж Творожный* 50	50		213,00	4,90	10,60	14,75	
	№385стр273	Молоко кипяченое 200	200		107,00	5,80	5,00	9,60	
Полдник:				250,00		320,00	10,70	15,60	24,35

Итого полдник: 40,00