

Школа

МБОУ "Сюрногуртская СОШ"

Отд./корп

7-11 лет

День

21.01.2025

Прием пищи Обед	Завтрак	гор.блюдо	Каша "Дружба" вязкая	165	5,45	7,1	32,67	213	129	12	
		гор.напиток	Чай слимоном	200	0,3		15,2	60	149	10	
		хлеб	Пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79		5	
		фрукты	Банан	100	1,5	0,5	25	96		44,54	
		<i>итого</i>			505	10,65	8,24	87,67	448		71,54
	Обед	закуска	салат из свеклы с изюмом	60	0,84	3	12,42	51	24	8	
		1 блюдо	суп -лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	129	148	13	
		2 блюдо	тефтели (1 вариант)	100 /50	6,45	21,95	18,7	132	461	36	
		гарнир	картофельное пюре	150	3,15	6,7	21,9	153	92	8	
		напиток	апельсиновый	180	0,09		22,68	128	157	8	
		хлеб бел.		20	1,7	0,32	7,4	40		2,5	
		хлеб черн.		20	1,54	0,28	7,48	39		2,5	
		<i>итого</i>			780	16,01	36,89	101,7	845		78
Итого за день:			1285	26,66	45,13	189,37	1293		149,54		