

Школа

МБОУ "Сюрногуртская СОШ"

Отд./корп

7-11 лет

День

18.02.2025

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	72	24	8	
		1 блюдо	суп -лапша домашняя	200	6,6	4,64	11,12	96	148	13	
		2 блюдо	тефтели (1 вариант)	90	11,75	13,41	24,4	349	461	36	
		гарнир	картофельное пюре	150	3,15	6,7	21,9	164	92	8	
		напиток	апельсиновый	180	0,09		22,68	86	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	25,67	28,35	107,4	846		78
	Итого за день:				1285	36,32	36,59	195,07	1294		149,54