

Школа

МБОУ "Сюрногуртская СОШ"

Отд./корп

7-11 лет

День

19.02.2025

Прием пищи Обед	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсянная "Геркулес"	165	4,94	7,65	21,2	169	129	12	
		гор.напиток	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	149	10	
		хлеб	Пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79		5	
		фрукты	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47		44,54	
		<i>итого</i>			505	13,64	13,59	78,8	485		71,54
	Обед	закуска	салат из свежей капусты	60	0,72	2,94	6,3	51	13	8	
		1 блюдо	рассольник ленинградский	200	2,7	5,6	16,38	129	132	13	
		2 блюдо	гуляш из говядины	100	13,9	10,94	4	205	437	36	
		гарнир	каша вязкая пшеничная	150	3,99	4,24	34,98	173	510	8	
		напиток	компот из свежих яблок	180	0,18		32,22	128	631	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>			730	23,79	24,2	108,76	765		78
	Итого за день:				1235	37,43	37,79	187,56	1250		149,54