

Школа

МБОУ "Сюрногурская СОШ"

Отд./корп

7-11 лет

День

25.06.2025

Прием пищи Обед	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсянная "Геркулес"	165	5	8	21,2	169	129	20
		гор.напит	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	200	0,8	0,6	20,6	94		45
		итого		605	14,1	14,24	89,1	532		80
	Обед	закуска	салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,54	3	2,4	36	13	10
		1 блюдо	рассольник ленинградский	210	3	8	16,38	130	132	18
		2 блюдо	гуляш из говядины	100	14	10	4	135	437	45
		гарнир	каша вязкая пшеничная	150	5	5	24,53	153	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		3
		хлеб черн.		20	1,54	0,28	7,48	39		3
		итого		740	25,96	26,6	93,61	661		95
	Итого за день:			1345	40,06	40,84	182,71	1193		175