Школа МАОУ "СОШ №14 г.Челябинска" Отд./корп нач.шк. День 08.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		278/17	Тефтели 1-й вариант	60/50	24,69	181,29	9,29	10,89	11,52
	гор.блюдо	312/17	Пюре картофельное	100	13,90	94,21	2,18	2,97	14,70
	гор.блюдо	321/17	Капуста тушёная	100	15,20	82,18	2,37	3,64	10,00
	гор.напиток	394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	5,90	46,26	0,46	0,00	11,11
	хлеб		Хлеб ржаной	60	4,60	116,88	3,66	0,72	23,94
		206/04	Горошек зелёныйконсервированный	10	3,98	4,30	0,34	0,03	0,70
	фрукты								
					68,27				
Обед	1 блюдо	113/17	Суп-лапша домашняя	200	5,06	92,54	2,28	4,00	11,81
	напиток	411/16	Чай с сахаром	200	2,50	62,20	0,00	0,00	15,60
			Хлеб пшеничный	30	2,15	70,32	2,28	0,24	14,76
		424/17	Булочка домашняя	100	10,00	396,37	7,18	13,28	62,00
					19,71				
					87,98				