

Школа МАОУ "СОШ №14 г.Челябинска" Отд./корп нач.шк. День 28.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		15/17	Сыр (порциями)	10	8,66	35,65	2,60	2,65	0,35
	гор.блюдо	223/17	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120/30	21,83	227,94	8,90	26,96	227,94
	напиток	386/17	Кисломолочный напиток (йогурт/снежок/бифидок/ряженка)	200	11,00	165,60	6,40	17,00	165,60
	хлеб		Батон нарезной	40	4,10	104,68	1,16	20,56	104,68
		339/17	Ягоды в сахаре (вишня)	20	3,98	41,78	0,05	0,02	10,35
	фрукты		Яблоко	1шт/100	18,70	53,04	0,52	0,00	12,74
					68,27				
Обед	1 блюдо	102/17	Суп картофельный с бобовыми	200	8,90	113,24	4,38	3,86	15,25
	напиток	411/16	Чай с сахаром	200	2,50	62,20	0,00	0,00	15,60
			Хлеб пшеничный	20	1,40	46,88	1,52	0,16	9,84
		421/17	Булочка обыкновенная	80	6,91	262,11	6,29	4,86	48,35
					19,71				
					87,98				

