

Школа

МБОУ ЗАТО г. Североморск «СОШ №10 им. К.И. Душенова»

Отд./корп

День

9/29/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная пшенная с маслом	155		230	6	8	33
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	212		22	0	0	5
	хлеб	пр.пр.	Хлеб пшеничный	40		94	3	0	20
		15	Сыр	30		108	7	9	0
	фрукты	338	Груша свежая	100		47	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат из кваш. капусты с раст. маслом	60		36	1	2	4
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	250		86	2	3	12
	2 блюдо	268/331	Котлета мясная с соусом	90		182	9	11	10
	гарнир	128	Картофельное пюре	150		150	3	3	19
	сладкое								
	хлеб бел.	пр.пр.	Хлеб пшеничный	50		118	4	0	27
	хлеб черн.	пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60		98	4	1	24
	напиток	342	Компот из свежих яблок	200		115	0	0	28