

Мкоу Сош №5 Детский сад

Прием пищи	раздел	№ рец	Блюдо	Выход г	цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	20 мая
завтрак	гор блюдо	98	Каша пшеничная молс	200	14.46	244.9	7.29	6.88	41.42	
	гор.напиток	44	Чай с сахаром	180	2	42.6	0	0	13.45	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1.98	104.8	3.09	1.2	19.92	
итого					18.44	392.3	10.38	8.08	74.79	
обед	1 блюдо	20	Свекольник со сметан	250/15	26.39	103.26	1.86	4.97	12.83	
	2 блюдо	161	Котлета мясная	70	25.6	107.12	7.68	4.81	8.19	
	гарнир	186	Каша гречневая расс	130	6.69	175.87	5.82	3.62	30	
	сладкое		Кисель	180	5.16	93.76	0	0	21.44	
	хлеб белый	53	Хлеб пшеничный	30	1.98	70	2	0	15	
итого					65.82	550.01	17.36	13.4	87.46	
полдник	гор.блюдо	286	Оладьи со сгущенкой	100/20	18.4	200.63	5.74	5.9	30.88	
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	2	42.6	0	0	13.45	
ИТОГО					20.4	243.23	5.74	5.9	44.33	

