

Мкоу Сош №5 Детский сад

Прием пищи	раздел	№ рец	Блюдо	Выход г	цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	27 мая
завтрак	гор блюдо	189	Каша геркулесовая м	200	17.51	211.9	6.31	9.49	25.1	
	гор.напиток		Чай	180	2	42.6	0	0	13.45	
	хлеб		Хлеб с маслом	30 ,10	6.27	175.6	3.16	9	20.02	
итого					25.78	430.1	9.47	18.49	58.57	
обед	1 блюдо	41	Суп рыбный	250	34.08	165.44	2.57	4.09	19.83	
	2 блюдо	637	Птица отварная	70	18.47	237	18	18	0.06	
	гарнир	194	Рожки отварные	150	3.59	216.77	5.66	5.54	35.98	
	сладкое	128	Компот из сухофрукто	180	4.3	149.16	0	0	37.04	
	хлеб белый	53	Хлеб пшеничный	30	1.98	70	2	0	15	
итого					62.42	838.37	28.23	27.63	107.71	
полдник	гор.блюдо	289	Булочка домашняя	70	16.48	185.53	8.25	5.2	26.41	
	гор.напиток	255	Молоко кипяченое	180	15.52	92.2	5.22	4.5	8.64	
	хлеб салат									
ИТОГО				32	277.73	13.47	9.7	35.05		

