

МБОУ "КСОШ № 2 им. Е.Н. Мосиной"

Отд./корп

День

16.05.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | Макароны запеченные с сыром | 100/10   | 16,59 | 245          | 7,52  | 11,47 | 28,8     |
|            | гор.напиток |        | Чай сладкий                 | 200      | 3,13  | 57           | 0,19  |       | 13,93    |
|            | хлеб        |        | Печенье                     | 20       | 5,28  | 36           | 1,12  | 0,86  | 9,22     |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        | Молоко                      | 200      | 16,00 | 108          | 6     | 5     | 10       |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                             |          |       |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     |        | Суп овощной со сметаной     | 250/5    | 26,27 | 191          | 1,99  | 4,94  | 10,65    |
|            | 2 блюдо     |        | Плов из курицы              | 75/235   | 80,21 | 601          | 22,99 | 35,30 | 45,06    |
|            | гарнир      |        |                             |          |       |              |       |       |          |
|            | сладкое     |        |                             |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб бел.   |        |                             |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                 | 40       | 3,82  | 70           | 2,9   | 0,5   | 13,76    |
|            | напиток     |        | Компот из свежих яблок      | 200      | 12,70 | 94           | 0,8   |       | 22,6     |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |       |          |