

Школа

МАОУ "Лицей № 102"

Отд./корп

Дата

16.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-3	котлета рыбная	90	39,11	160,96	9,90	9,80	8,29
	закуска	пром.	овощи свежие или солен.или консервир.	60	11,20	53,40	1,74	1,44	8,37
	гор.напиток	225	рис припущенный	150	14,95	143,37	2,48	3,63	25,18
	хлеб	286	кофейный напиток с молоком	200	14,00	118,68	2,79	3,19	19,71
	фрукты	пром.	хлеб пшеничный, ржаной	35	3,70	34,74	4,00	0,02	6,90
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром.	овощи свежие или соленые или консерв.	60	9,20	24,12	1,80	0,12	3,90
	1 блюдо	72	суп с рыбными консервами	200	19,50	85,56	2,96	4,50	8,29
	2 блюдо	192	печень по-строгановски	110	40,20	370,15	23,32	28,95	4,70
	гарнир	241	картофельное пюре	150	17,90	160,45	3,19	6,06	23,29
	напиток	283	Компот из смеси сухофруктов	200	8,75	113,79	0,56	0,00	27,89
	хлеб бел.	пром.	хлеб пшеничный	50	5,25	59,18	1,03	0,38	12,90
	хлеб черн.	пром.	хлеб ржаной	33	3,50	39,46	1,00	0,06	8,60
	фрукты	пром.	фрукт (яблоко, апельсин, банан)	350	20,14	36,67	0,75	0,08	8,24
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Директор МАОУ Лицей № 102

В.А. Лесняк



