Школа МАОУ "Лицей № 102" Отд./корп Дата 28.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	327	оладьи с маслом, джемом, сахаром	225	59,86	240,00	10,50	6,63	50,43
	бутерброд	299	бутерброд с сыром	40	15,90	154,01	1,58	12,13	9,63
	гор.напиток	299	чай с сахаром	200	3,50	60,16	0,00	0,00	15,04
	хлеб	пром.	хлеб пшеничный, ржаной	35	3,70	45,22	4,00	0,02	6,90
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	пром.	овощи свежие или соленые или консерв.	60	9,20	24,12	1,86	0,12	3,90
	1 блюдо	337	суп с крупой (шахт.)	200	19,80	146,64	4,38	8,02	14,24
	2 блюдо	209	котлета из курицы	90	59,04	170,00	14,50	5,00	15,00
	гарнир	239	картофель отварной	150	18,90	182,46	3,13	7,03	27,21
	напиток	280	компот из плодов или ягод сушеных	200	8,75	91,98	0,33	0,00	22,66
	хлеб бел.	пром.	пшеничный	50	5,25	59,18	1,03	0,38	12,90
	хлеб черн.	пром.	ржаной	33	3,50	39,46	1,00	0,06	8,60
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								

Директор МАОУ "Лицей № 102" В.А. Лесняк