

Школа

МБОУ "Успенская СОШ № 6 имени ГСС В.Н.Прохорова"

Отд./корп

День

22.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	259	Жаркое по домашнему	200	22,74	194	5	7	27
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	12,20	151	4	3	20
	хлеб	ГИ	Пшеничный	60	2,14	82	2	1	17
		ГП	Икра овощная	70	24,37	107	4	10	3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	94	Рассольник с мясом курицы	200	46,34	145	2	6	13
	2 блюдо	291	Плов из мяса птицы	150	20,97	150	4	4	10
	фрукты	ГИ	Фрукты	100	18,00	135	4	6	4
	сладкое								
	хлеб бел.	ГИ	Пшеничный	40	1,42	97	2	1	10
	хлеб черн.	ГИ	Ржаной	40	1,44	80	2	1	19
	Напиток	376	Чай с сахаром	200	4,01	120	5	1	22

