



Школа

МБОУ "Успенская СОШ № 6 имени Героя Советского Союза В.Н. Прохорова"

День

23.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	202	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,22	174	2	3	17
	гор.напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	15,30	101	0	0	10
	хлеб	ГИ	пшеничный	60	2,14	80	2	1	15
		ПФ	Домашняя котлета (тефтели)	100	29,90	228	11	11	2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ГИ	Икра кабачковая	70	8,96	119	2	6	17
	1 блюдо	82	Борщ со сметаной	200	55,04	90	2	4	14
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	200	19,81	260	7	7	22
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	ГИ	пшеничный	40	1,42	97	5	1	5
	хлеб черн.	ГИ	ржаной	40	1,44	80	2	1	17
	Напиток	387	Чай с лимоном и сахаром	200	4,19	60	1	0	9