

Школа МБОУ "Успенская СОШ № 6 имени Героя Советского Союза В.Н. Прохорова" Отд./корп День 10.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	128	Картофельное пюре с маслом	150	27,67	180	3	2	19
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	4,01	120	2	2	10
	хлеб	ГИ	Пшеничный	60	2,14	80	2	1	17
		290	Курица тушеная в соусе	100	24,70	211	8	10	21
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	119	Суп гороховый с курицей	200	33,01	135	3	4	9
	2 блюдо								
	гарнир	291	Плов из мяса курицы	200	19,22	327	10	10	10
	сладкое								
	хлеб бел.	ГИ	Пшеничный	40	1,42	97	2	2	15
	хлеб черн.	ГИ	Ржаной	40	1,44	80	2	2	13
	напиток	ГП	Сок	200	18,00	140	0	0	15
	фрукт	ГИ	Банан	100	14,70	150	2	1	22

Вскрешен *М.М.М.* Конарева С.В.

