

Школа ЛПО при МБОУ "СОШ с. Лорино" Отд./корп ЛПО День 21.07.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	253	Каша рисовая вязкая	200		279,4	6,28	11,82	37,00
	гор.напиток	494	Чай с лимоном	200		61	0,10	0,00	15,20
	хлеб	90	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	45		153	6,70	9,50	9,90
	фрукты	112	Плоды свежие (яблоки)	100		47	0,40	0,40	9,80
Обед	салат	17	Томаты	100		102	0,70	10,10	2,00
	1 блюдо	147	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		111,25	2,70	2,85	18,83
	2 блюдо	398	Печень говяжья по-строгановски	110		213	18,00	13,81	4,30
	гарнир	237	Каша гречневая рассыпчатая	150		253,05	8,55	7,85	37,08
	сладкое	508	Компот из смеси сухофруктов	200		110	0,50	0,00	27,00
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	100		235	7,60	0,80	49,20
полдник	хлеб	493	Чай с сахаром, вареньем, медом	200		58,76	0,20	0,00	15,02
	гор.напиток	564	Булочка домашняя	60		233	4,50	7,80	36,20
		517	Йогурт	200		174	10,00	6,40	17,00