

Школа	МКОУ "Анненковская СШ"			Отд./корп				День	04.10.2023	среда
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийнос		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	223,24	Творожная запеканка	230	51,38	507,50	36,00	80,7	80,70	
	гор.напиток	375,01	Чай с лимоном	200	3,12	58,6	0,24	0,06	15,22	
	хлеб	5,1	Хлеб пшеничный	80	4,40	177,6	6,08	0,64	39,36	
					58,90					
Обед	закуска	7,03	Салат "Витаминный"	100	5,03	85,00	3,16	4,16	13,00	
	1 блюдо	1184,02	Борщ "Сибирский"	250	11,81	74,56	2,34	2,65	10,95	
	2 блюдо	291,17	Плов	250	31,13	617,05	25,79	33,48	56,70	
	гарнир									
	сладкое	407,00	Сок фруктовый	200	8,66	86,39	0,20	0,26	22,20	
	хлеб черн.	5,00	Хлеб ржано-пшеничный	120	6,60	244,2	5,64	0,73	48,2	
	фрукты	28,02	Апельсин	100	24,29	40,00	0,90	0,2	8,10	
		66112,00	мармелад	35	8,20	63	1,40	1,81	11,00	
			Всего							
					95,72					