

Школа	МАОУ Школа № 147 ГО г. Уфа РБ		Отд./корп				День: 16.10.2023		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо2	Выход, гр.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак	гор. блюдо	211,48	Макаронные изделия с тертым сыром	150	32,19	233,52	7,85	7,62	33,21
		401,08	Масло сливочное	8	9,54	52,88	0,06	5,8	0,1
	гор. напиток	283	Чай с сахаром	200	1,74	39,9			9,98
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,68	78	2,4	0,3	16,5
	сладкое	86,02	Сок фруктовый	200	27,52	92	1	0,2	20,2
	Итого				74,67	496,3	11,31	13,92	79,99
Обед	1 блюдо	53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	205	8,69	72,63	1,55	4,11	7,18
	2 блюдо	502,56	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	39,5	151,21	7,32	11,1	5,32
	гарнир	58,11	Рис отварной с маслом	155	15,09	212,87	3,87	4,17	40,03
	сладкое	294,2	Компот из свежих плодов	200	6,29	67,1	0,16	0,16	16,26
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,68	78	2,4	0,3	16,5
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	3,55	66	2,4	0,3	13,8
	сладкое	490,15	Печенье	18	6,22	76,52	1,53	2,03	12,55
	Итого				83,02	724,33	19,23	22,17	111,64