

Школа МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева Отд./корп 1 неделя День 03.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340,33	Омлет запечённый с картофелем и маслом сливочным	150	39,88	350	11	36	16
	гор.напиток								
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты	28,01	Яблоко	150	21,42	43	0	0	43
	напиток	66271	Кисломолочный напиток	200	15,84	158	5	5	22
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	20,14 * 3	Салат из свеклы заправленный растительным маслом	60	3,13	37	1	2	5
	1 блюдо	392,23	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	12,50	264	13	11	29
	2 блюдо	489,07	Рагу из птицы по - домашнему с овощами	250	47,43	236	16	15	29
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	407	Сок фруктовый	200	23,50	86	0	0	22
					171,50				