

Школа МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева Отд./корп День 04.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 223,23 | Запеканка творожная с соусом молочным(сладким) | 170 | 56,44 | 431 | 19 | 31 | 61 |
| | гор.напиток | 375,01 | Чай чёрный с лимоном | 200 | 3,05 | 59 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | 0,09 | Хлеб пшеничный | 60 | 3,60 | 133 | 5 | 0 | 30 |
| | фрукты | 28,01 | Яблоко | 150 | 16,50 | 43 | 0 | 0 | 10 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 72,22 | Винегрет овощной заправленный растительным маслом | 60 | 7,40 | 53 | 1 | 3 | 5 |
| | 1 блюдо | 83,03 | Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне | 200 | 15,65 | 60 | 1 | 2 | 9 |
| | 2 блюдо | 291,33 | Плов с птицей | 230 | 27,76 | 408 | 16 | 17 | 48 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 5,1 | Хлеб ржано - пшеничный | 70 | 4,20 | 127 | 2 | 0 | 24 |
| | напиток | 407 | Сок фруктовый | 200 | 24,00 | 86 | 0 | 0 | 22 |
| | | | | | 154,62 | | | | |