

Школа МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева Отд./корп День 06.10.2023

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	23,79	350	11	36	16
	гор.напиток								
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты	28,01	Апельсин	150	23,17	43			
		66271	Кисломолочный напиток	200	16,34	158	5	5	22
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	38,26	Салат из свежих помидор и огурцов с луком и растительным маслом	60	2,55	37	1	2	5
	1 блюдо	392,23	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	11,02	264	13	11	29
	2 блюдо	489,07	Рагу из птицы по - домашнему с овощами	250	45,95	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	24,00	86	0	0	22
					154,62				