

Школа

МКОУ "Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева"

Отд./корп

2 неделя

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	2,35	Каша молочная манная с маслом сливочным	200	20,56	258	7	12
	гор.напиток	517	Кисель фруктовый	200	2,88	122	1	0
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	1
	гастрономия	3,01	Сыр порционно	10	9,60	36	2	3
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	0,09	Салат "Фасолька" заправленный растительным маслом	60	12,44	64	2	2
	1 блюдо	124,26	Щи из свежей капусты на бульоне с сметаной	200	15,30	72	1	4
	2 блюдо	288,38	Птица порционно запечёная	90	55,28	169	14	12
	гарнир	330,01	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	10,81	250	17	3
	сладкое							
	хлеб бел.							
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0
	гор.напиток	375,01	Чай чёрный с лимоном	200	3,43	59	0	0
				138,10				

07.11.2023

Углеводы
31
29
30
0
10
6
1
38
24
15