

Школа

МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева

Отд./корп

День

12.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2,47	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	200	23,75	258	7	9	47
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	13,49	151	5	5	23
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	4,90	133	5	0	30
	закуска	3,01	Сыр порционно	10	10,74	36	2	3	0
	гарнир								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	0,09	Салат "Фасолька" заправленный растительным маслом	60	4,19	64	2	2	10
	1 блюдо	124,47	Суп овощной на бульоне с гречками пшеничными	200	15,44	205	6	6	34
	2 блюдо	273,07	Котлеты рыбные паровые запечёные под сметанно -луковым соусом	90	35,21	201	12	10	20
	гарнир	520,08	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	13,02	139	3	9	2
	сладкое	66112	Мармелад	30	6,60	63	1	2	11
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	349,1	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	200	17,18	77	0	0	19
					148,72				