

Школа

МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева

Отд./корп

День

12.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	71,14	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	200	20,41	380	10	13	38
	гор.напиток	303,16	Кофейный напиток с молоком	200	16,99	141	5	3	25
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	закуска	3,03	Сыр порционно	15	9,60	36	2	3	0
	гарнир								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50,08* 3Г	Салат из свеклы заправленный растительным маслом	60	4,48	64	2	2	10
	1 блюдо	124,26	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200	15,30	172	1	4	16
	2 блюдо	239,43	Тефтели из рыбы тушёные в соусе овощном	90	31,23	329	21	27	35
	гарнир	520,08	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	15,69	139	3	9	22
	сладкое								
	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	17,89	77	0	0	19
					139,39				