

Школа

МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева

Отд./корп

День

23.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	74,14	Каша молочная овсяная (геркулесовая) с маслом сливочным	200	19,54	252	9	13	31
	гор.напиток	693,08	Какао с молоком	200	17,23	152	5	5	23
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты	28,01	Яблоко	150	21,42	43	0	0	43
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50,08* 3Г	Салат из свежей капусты с растительным маслом	60	12,09	68	2	5	5
	1 блюдо	102,19	Суп картофельный с горохом с пшеничными гречками	200	11,46	20	5	3	20
	2 блюдо	331,39	Гуляш из курицы	70	32,57	177	12	11	5
	гарнир	332,02	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	8,25	270	6	3	36
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	375,01	Чай с лимоном	200	3,43	59	0	0	15
					133,79				