

Школа

МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева

Отд./корп

День

29.01.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо  | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 223,24  | Запеканка творожная с соусом молочным (сладким)                        | 230      | 67,28  | 508          | 26    | 36   | 81       |
|            | 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     | 28,01   | Груша  | 150      | 33,75  | 43           | 0     | 0    | 43       |
|            | гарнир      |         |  |          |        |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |  |          |        |              |       |      |          |
|            |             |         |  |          |        |              |       |      |          |
|            |             |         |  |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 7*ЗП    | Салат "Витаминный" (капуста, кукуруза)заправленный растительным маслом | 60       | 4,74   | 39           | 1     | 3    | 2        |
|            | 1 блюдо     | 66236,1 | Борщ на м/к бульоне  | 200      | 21,77  | 79           | 2     | 3    | 13       |
|            | 2 блюдо     | 255     | Гуляш из кур   | 100      | 32,57  | 211          | 19    | 12   | 7        |
|            | гарнир      | 332     | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным                         | 150      | 8,25   | 190          | 6     | 3    | 36       |
|            | сладкое     |         |  |          |        |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |         |  |          |        |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 5,1     | Хлеб ржано - пшеничный   | 70       | 4,20   | 127          | 2     | 0    | 24       |
|            | напиток     | 407     | Сок фруктовый  | 200      | 23,50  | 86           | 0     | 0    | 22       |
|            |             |         |  |          | 216,65 |              |       |      |          |