

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 | | | |