Школа	-	Отд./корп		День	16.10.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	23	27,94	82,42	5,37	6,82	0
	Каша	54-16 к	Каша Дружба	200	23,26	168,9	5	5,9	24
	Напиток	54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	200	12,80	30,9	0,3	0,1	7,2
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	6,00	104,7	3	1,2	20,6
		ПР	Вафли с жиросодержащими начинками	30	22	162,3	1,2	9,2	18,8
обед (дети 7-11 лет)	Закуска	54-3з	Помидор в нарезке	33	8,36	7,04	0,38	0,05	1,26
	1 блюдо	54-8 с	Суп гороховый	250	12,64	166,4	8,4	5,7	20,3
	Гарнир	54-1 г	Макароны отварные	100	9,09	131,2	3,53	3,27	21,87
	2 блюдо	1	Тефтели с рисом Люкс	50	37,12	114,9	7,2	7,1	5,6
	Соус	54-3	Соус красный основной	50	5,49	35,3	1,6	1,2	4,5
	Напиток	ПР	Сок яблочный	200	16,80	86,6	1	0,2	20,2
	Хлеб белый	ПР	Хлеб белый	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
обед (дети 12-18 лет)	Закуска	54-3з	Помидор в нарезке	64	16,31	13,65	0,75	0,11	2,45
	1 блюдо	54-8 с	Суп гороховый	250	12,64	166,4	8,4	5,7	20,3
	Гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	13,64	196,8	5,3	4,9	32,8
	2 блюдо	1	Тефтели с рисом Люкс	50	37,12	114,9	7,2	7,1	5,6
	Соус	54-3	Соус красный основной	50	5,49	35,3	1,6	1,2	4,5
	Напиток	ПР	Сок яблочный	200	16,80	86,6	1	0,2	20,2
	Хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,50	48,9	1,7	0,3	9,9
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Полдник	Напиток	54-9гн	Чай с брусникой и сахаром	200	12,85	31,2	0,3	0,1	7,3
	Выпечка	406	Пирожки печеные из дрожжевого	100	32,71	301,7	13,3	8,7	42,6
			теста с печенью и кашей						
Свободный выбор	1 блюдо	54-8 с	Суп гороховый	250	32,59	166,4	8,4	5,7	20,3
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0