| Школа | - | | | Отд./корп | | | День | 18.09.2023г | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | 54,49 | 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 | 1 блюдо | 54-8 с | Суп гороховый | 250 | 32,59 | 166,4 | 8,4 | 5,7 | 20,3 |
| выбор | | 190 | с мясом отварным (говядина) | 10 | | 28,43 | 2,73 | 1,95 | 0 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |