| Школа | - | | | Отд./корп | | | День | 03.10.2023г | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | масло | 53-19з | Масло сливочное (порциями) | 10 | 11,25 | 66,1 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |
| | каша | 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 17,53 | 155,8 | 5,47 | 4,2 | 23,93 |
| | 2 блюдо | 2 | Котлета из говядины (московская) | 50 | 37,87 | 133,3 | 7,3 | 9,5 | 4,7 |
| | соус | 54-1 | Соус сметанный | 49 | 17,35 | 45,57 | 0,69 | 4,02 | 1,57 |
| | напиток | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | 2,00 | 26,8 | 0,2 | 0 | 6,4 |
| | батон | ПР | Батон нарезной | 40 | 6,00 | 104,7 | 3 | 1,2 | 20,6 |
| | | | | | | | | | |
| ( дети 7-11 лет) | 1 блюдо | 54-19с | Борщ с фасолью | 203 | 22,25 | 109,13 | 3,17 | 5,2 | 12,5 |
| | Гарнир | 54-11г | Картофельное пюре | 100 | 12,04 | 92,93 | 2,07 | 3,53 | 13,2 |
| | 2 блюдо | 54-11р | Минтай тушеный в томате с овощами | 70 | 46,11 | 103,1 | 9,7 | 5,2 | 4,4 |
| | Напиток | 54-1хн | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 9,1 | 81 | 0,5 | 0 | 19,8 |
| | Хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 2,50 | 58,6 | 1,9 | 0,2 | 12,3 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед (дети 12-18 лет) | 1 блюдо | 54-19 с | Борщ с фасолью | 250 | 27,42 | 134,4 | 3,9 | 6,4 | 15,4 |
| | Гарнир | 54-11г | Картофельное пюре | 161 | 19,37 | 149,62 | 3,33 | 5,69 | 21,25 |
| | 2 блюдо | 54-11р | Минтай тушеный в томате с овощами | 70 | 46,11 | 103,1 | 9,7 | 5,2 | 4,4 |
| | Напиток | 54-1хн | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 9,1 | 81 | 0,5 | 0 | 19,8 |
| | Хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 2,50 | 58,6 | 1,9 | 0,2 | 12,3 |
| | Хлеб черный | ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2,50 | 48,9 | 1,7 | 0,3 | 9,9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | | ПР | Печенье | 30 | 6,99 | 124,7 | 2,3 | 2,9 | 22,3 |
| | Фрукт | ПР | Яблоко | 100 | 25,9 | 44,4 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| | Напиток | ПР | Снежок 2,5% | 200 | 28,98 | 153 | 5,4 | 5 | 21,6 |
| | | | | | | | | | |
| Свободный выбор | Соус | 54-23з | Маринад овощной с томатом | 100 | 14,85 | 99,6 | 1,2 | 7,1 | 7,8 |
| | 1 блюдо | 54-19с | Борщ с фасолью | 250 | 47,37 | 134,4 | 3,9 | 6,4 | 15,4 |
| | | 190 | с мясом отварным (говядина) | 10 | | 28,43 | 2,73 | 1,95 | 0 |
| | Гарнир | 54-11г | Картофельное пюре | 150 | 18,06 | 139,40 | 3,10 | 5,30 | 19,80 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |