

Школа			Отд./корп			День	23.01.2024г		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	13,5	66,1	0,1	7,3	0,1
	Гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	19,89	233,7	8,2	6,3	35,9
	2 блюдо	2	Котлета из говядины (московск	50	38,92	133,3	7,3	9,5	4,7
	Соус	54-1 соус	Соус сметанный	27	10,69	25,11	0,38	2,21	0,86
	Напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	3	26,8	0,2	0	6,4
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	6	104,7	3	1,2	20,6
Обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	54-19с	Борщ с фасолью	200	25,1	107,52	3,12	5,12	12,32
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	100	14,75	92,93	2,07	3,53	13,2
	2 блюдо	54-11р	Минтай тушеный в томате с ов	63	46,65	92,79	8,73	4,68	3,96
	Напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	3,00	26,8	0,2	0	6,4
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	1 блюдо	54-19с	Борщ с фасолью	250	31,38	134,4	3,9	6,4	15,4
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	142	20,97	131,97	2,93	5,02	18,74
	2 блюдо	54-11р	Минтай тушеный в томате с ов	63	46,65	92,79	8,73	4,68	3,96
	Напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	3,00	26,8	0,2	0	6,4
	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	34,90	44,4	0,4	0,4	9,8
	Напиток	ПР	Снежок 2,5%	200	30,02	153,00	5,4	5	21,6
Свободный выбор	Маринад	54-23з	Маринад овощной с томатом	100	17,90	124,5	1,5	8,88	9,75
	1 блюдо	54-19с	Борщ с фасолью	250	51,35	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	22,13	139,4	3,1	5,3	19,8
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,1	81	0,5	0	19,8