| Школа | - | | | Отд./корп | | | День | 05.10.2023г | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | | ПР | Йогурт 2,5% | 125 | 34,50 | 72,6 | 4,3 | 3,1 | 6,9 |
| | Каша | 54-6к | Каша вязкая молочная пшенная | 207 | 31,15 | 284,52 | 8,59 | 10,45 | 44,56 |
| | Напиток | 54-21гн 20 | Какао с молоком | 200 | 20,35 | 100,4 | 4,7 | 3,5 | 12,5 |
| | Батон | ПР | Батон | 40 | 6,00 | 104,7 | 3 | 1,2 | 20,6 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| обед ( дети 7-11 лет) | Закуска | 54-1з | Сыр твердых сортов в нарезке | 13 | 15,55 | 46,58 | 3,03 | 3,86 | 0 |
| | Гарнир | 54-7г | Рис припущенный | 150 | 21,66 | 196,8 | 3,50 | 4,8 | 35 |
| | 2 блюдо | 3 | Биточки Нежные | 50 | 33,71 | 127,9 | 7,5 | 8,8 | 4,7 |
| | Соус | 54-3 соус | Соус красный основной | 50 | 5,49 | 35,3 | 1,6 | 1,2 | 4,5 |
| | Напиток | 54-32хн | Компот из свежих яблок | 200 | 13,09 | 41,6 | 0,2 | 0,1 | 9,9 |
| | Хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 2,50 | 58,6 | 1,9 | 0,2 | 12,3 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед ( дети 12-18 лет) | Закуска | 54-1 з | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 24,31 | 71,67 | 4,67 | 5,93 | 0 |
| | Гарнир | 54-7г | Рис припущенный | 176 | 25,40 | 230,91 | 4,11 | 5,63 | 41,07 |
| | 2 блюдо | 3 | Биточки Нежные | 50 | 33,71 | 127,9 | 7,5 | 8,8 | 4,7 |
| | Соус | 54-3 | Соус красный основной | 50 | 5,49 | 35,3 | 1,6 | 1,2 | 4,5 |
| | Напиток | 54-32х | Компот из свежих яблок | 200 | 13,09 | 41,6 | 0,2 | 0,1 | 9,9 |
| | 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 | 97,8 | 3,3 | 0,6 | 19,8 |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | Напиток | ПР | Сок апельсиновый | 200 | 16,80 | 113 | 1,4 | 0,2 | 26,4 |
| | | ПР | Кекс | 100 | 23,94 | 299,7 | 8,1 | 5,3 | 54,9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Свободный выбор | Салат | 54-18 з | Салат из свеклы с черносливом | 100 | 18,42 | 106,27 | 1,47 | 5,47 | 12,93 |
| | 1 блюдо | 54-7 с | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 30,44 | 149,5 | 6,5 | 3,5 | 23,13 |
| | | 190 | с мясом отварным (говядина) | 10 | | 28,43 | 2,73 | 1,95 | 0 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |