

Школа		-		Отд./корп	День 12.01.2024г				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	395	Вареники с мясом и капустой	201	79,54	311,15	22,71	11,36	29,65
	Напиток	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	6,46	27,9	0,20	0,1	6,6
	Батон	ПР	Батон	40	6,00	104,7	3	1,2	20,6
обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем сметано	200	19,02	92,24	4,64	5,6	5,68
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	141	67,48	153,24	14,81	4,94	12,37
	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	88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметан	250	23,78	115,3	5,8	7	7,1
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	157	75,22	170,63	16,49	5,5	13,77
	Напиток	54-2 гн	Чай с сахаром	200	3,00	26,8	0,2	0	6,4
	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	54-1гн-2020	Чай без сахара	200	1,62	1,4	0,2	0	0,1
		ПР	Крендель сахарный	50	8,62	200,2	3,8	6,9	30,70
	Фрукт	ПР	Апельсин	100	30,00	37,8	0,9	0,2	8,10
Свободный выбор	Закуска	63	Салат Рыжик	100	44,02	187,08	6,31	15,38	5,69
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметан	250	43,75	115,3	5,8	7	7,1
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	220	105,46	239,1	23,1	7,7	19,3
	Напиток	54-13 хн	Напиток из шиповника	200	12,70	65,40	0,60	0,20	15,10