

Школа		-		Отд./корп	День 20.10.2023г				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-2з	Огурец в нарезке	60	12,71	8,5	0,5	0,1	1,5
	2 блюдо	395	Вареники с мясом и капустой	170	66,5	263,16	19,21	9,61	25,08
	Напиток	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	5,29	27,9	0,20	0,1	6,6
	Батон	ПР	Батон	50	7,50	130,9	3,8	1,5	25,7
обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	19,99	115,3	5,8	7	7,1
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	177	56,81	192,37	18,59	6,2	15,53
	Напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	200	12,70	65,4	0,6	0,2	15,1
	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 сметаной	250	19,99	115,3	5,8	7	7,1
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	216	69,31	234,75	22,68	7,56	18,95
	Напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	200	12,70	65,4	0,6	0,2	15,1
	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	0,62	1,4	0,2	0	0,1
		ПР	Крендель сахарный	50	8,20	200,2	3,8	6,9	30,70
	Фрукт	ПР	Апельсин	200	39,00	75,6	1,8	0,4	16,20
Свободный выбор	Закуска	63	Салат Рыжик	100	44,31	187,08	6,31	15,38	5,69
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	39,94	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	70,60	239,1	23,1	7,7	19,3