

Школа			Отд./корп	День 22.09.2023г					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-3з	Помидор в нарезке	50	12,71	10,67	0,58	0,08	1,92
	2 блюдо	395	Вареники с картофелем	200	66,5	309,6	22,6	11,3	29,5
	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 сметан	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 сметан	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 белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	48,9	1,7	0,3	9,9
	Хлеб черный	ПР	Хлеб черный	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 сметан	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