Школа	-	Отд./корп		День	30.01.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-1з-2020(2)	Сыр твёрдых сортов в нарезке	22	27,8	103,92	6,77	8,6	0
	Каша	54-16к	Каша "Дружба"	200	26,1	168,90	5	5,9	24
	Напиток	54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	200	11,1	30,9	0,3	0,1	7,2
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	5,33	104,7	3	1,2	20,6
		ПР	Зефир	25	7,88	80,83	0,17	0	19,92
Обед	1 блюдо	54-8с	Суп гороховый	200	8,56	133,1	6,7	4,6	16,3
(дети 7-11 лет)	Гарнир	54-1г	Макароны отварные	100	11,56	131,2	3,53	3,27	21,87
	2 блюдо	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	50	35,83	110,92	7,25	7,33	4,08
	Соус	54-3	Соус красный основной	18	2,35	12,72	0,6	0,42	1,62
	Напиток	ПР	Сок яблочный	200	17,20	86,6	1	0,2	20,2
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	1 блюдо	54-8с	Суп гороховый	250	10,71	166,38	8,38	5,75	20,38
	Гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	17,34	196,8	5,3	4,9	32,8
	2 блюдо	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	50	35,83	110,92	7,25	7,33	4,08
	Соус	54-3	Соус красный основной	39	4,92	27,56	1,3	0,91	3,51
	Напиток	ПР	Сок яблочный	200	17,20	86,6	1	0,2	20,2
	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	54-7гн-2020	Чай с малиной и сахаром	200	16,3	31,3	0,3	0,1	7,3
	Выпечка	406	Пирожки печеные из дрожжевого	100	31,92	301,7	13,3	8,7	42,6
			теста с печенью и кашей						
Свободный выбор	1 блюдо	54-8с	Суп гороховый	250	28,14	166,38	8,38	5,75	20,38
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0