

Школа

ГБОУ СОШ им.А.М.Шулайкина с.Старый Аманак

Отд./корп

День

11.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша вязкая молочная из риса и пшена	250/5		273,93	7,54	8,53	41,75
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200		118,6	4,08	3,54	17,58
	хлеб	ПР	Батон порционно	30		80,82	2,31	0,9	15,87
		ПР	Сыр сливочный	17,5		53,01	1,75	4,73	0,86
						59,10			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ПР	Икра кабачковая	60		73,8	1,2	5,4	5,1
	1 блюдо	88	Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеле	200/5/1		77,22	1,63	4,94	6,56
	2 блюдо	278/759	Тефтели тушеные в соусе	60/50		218,14	12,38	13,33	12,14
	гарнир	202/309	Макаронные изделия отварные	150		168,45	5,52	4,52	26,45
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200		132,8	0,66	0,09	32,01
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		88,64	3,2	1,36	15,9
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		77,67	2,55	0,99	14,64
						73,60			