

Утверждено: Директор Невинская



Школа		Бочанихинская нош		Отд./корп		организм горячего питания от 7-11		13.12.2023	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-20	омлет с зеленым горошком	180	33,30	184,2	11,6	12,8	5,7
	гор.напиток	54-13хн	напиток из шиповника	200	7,22	65,4	0,6	0,2	15,1
	хлеб	Пром	хлеб ржаной	50	4,00	85,4	3,3	0,6	17,70
		Пром	хлеб пшеничный	50	3,15	117,2	3,8	0,4	24,6
Завтрак 2		54-13	сыр твердых сортов в нарезке	25	15,25	89,6	5,8	7,40	0
	фрукты			505	62,92	541,8	25,1	21,4	62,10
Обед	закуска	54-3з	помидор в нарезке в нарезке	60	8,76	12,8	0,7	0,1	2,3
	1 блюдо	54-1с	щи из свежей капусты со сметаной	200	7,91	92,2	4,7	5,6	5,7
	2 блюдо	54-18м	печень говяжья по строгоновски	80	36,81	189,2	13,4	12,7	5,3
	гарнир	54-6г	рис отварной	150	10,60	203,5	3,6	4,8	36,4
		Пром	хлеб ржаной	50	4,00	85,4	3,3	0,6	16,7
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный в/с	20	1,26	46,9	1,5	0,2	9,8
	фрукты	Пром	апельсин	150	25,20	56,7	1,4	0,3	12,2
	гор.напиток	54-46гн	чай с яблоком и сахаром	200	3,17	31,7	0,2	0,1	7,5
				910	97,71	718,4	28,8	24,4	95,9
				1415	160,63	1260,2	53,9	45,8	158