

Утверждено
Дир. школы: Новикова
Н. А.



09.09.2024

Отд./корп от 7-11 овз

Бочанихинская нош

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-24к	каша жидкая молочная пшенная	200	19,06	274,9	8,3	10,1	37,6
	гор.напиток	54-13хн	напиток из шиповника	200	10,61	65,4	0,6	0,2	15,1
	хлеб.черн	Пром	хлеб ржаной	30	2,40	51,2	2	0,4	10,00
	хлеб.бел	Пром	хлеб пшеничный	50	3,80	117,2	3,8	0,4	24,6
	сладкое	Пром	повидло яблочное	20	3,80	52,2	0,1	0,00	13
				500	39,67	561	14,8	11,10	100,3
Завтрак 2	фрукты	пром	банан	150	23,40	141,8	2,3	0,8	31,50
	закуска	54-7з	салат из белокочаной капусты	60	5,08	85,8	1,5	6,1	6,2
Обед	гор. блюдо	54-10с	суп крестьянский с крупой(крупя перловая)	200	4,87	115,6	5,1	5,8	10,8
	гор. блюдо	П/ф	тефтели натуральные	65	29,97	109,1	8	6,5	4,7
	гор. блюдо	54-1г	макароны отварные	150	9,43	196,8	5,3	4,9	32,8
	гор. Блюдо	54-3соус	соус красный основной	30	3,43	21,2	1	0,7	2,7
	хлеб черн	Пром	хлеб ржаной	50	4,00	85,4	3,3	0,6	16,7
	гор. Напиток	54-14хн	компот из смородины с медом	200	16,90	39,6	0,4	0,1	9,3
				905	97,08	795,3	26,9	25,5	114,7
			1405	136,75	1356,3	41,7	36,6	215	