

Удобрение  
Дир. школа Новикова А.А.



Школа		Бочанихинская нош		Отд./корп		от 7-11 овз		12.09.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-20	омлет с зеленым горошком	180	40,61	184,2	11,6	12,8	5,7
	гор.напиток	54-13хн	напиток из шиповника	200	10,61	65,4	0,6	0,2	15,1
	хлеб.черн	Пром	хлеб ржаной	50	4,00	85,4	3,3	0,6	17,70
	хлеб.белый	Пром	хлеб пшеничный	50	3,80	117,2	3,8	0,4	24,6
	кисломолоч	54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	25	17,00	89,6	5,8	7,40	0
				<b>505</b>	<b>76,02</b>	<b>541,8</b>	<b>25,1</b>	<b>21,40</b>	<b>62,1</b>
Завтрак 2 Обед	фрукты	пром	мандарин	80	20,72	28	0,6	0,2	6,00
	закуска	54-3з	помидор в нарезке	60	12,12	12,8	0,7	0,1	2,3
	гор. Блюдо	54-1с	щи из свежей капусты со сметаной	200	6,33	92,2	4,7	5,6	5,7
	гор.блюдо	54-6г	рис отварной	200	17,96	271,4	4,8	6,4	48,6
	гор. блюдо	54-21м	курица отварная	100	58,70	154,8	32,1	2,4	1,1
	гор. блюдо	54-3соус	соус красный основной	20	3,43	14,1	0,7	0,5	1,8
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный	50	3,80	117,2	3,8	0,4	24,6
	гор.напиток	54-46гн	чай с яблоком и сахаром	200	3,05	31,7	0,2	0,1	7,5
			<b>910</b>	<b>126,11</b>	<b>722,2</b>	<b>47,6</b>	<b>15,3</b>	<b>97,6</b>	
			<b>1415</b>	<b>202,13</b>	<b>1264</b>	<b>72,7</b>	<b>37,1</b>	<b>159,7</b>	