

Утверждено: Д.С. Новосова Д.Н. директор школы



24.10.2024

от 7-11 овз

Отд./корп

Бочанихинская нош

Школа

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	54-13	сыр твердых сортов в нарезке	25	17,00	89,6	5,8	7,40	0
				505	76,02	541,8	25,1	21,40	62,1
Завтрак 2	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
Обед	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
				910	126,11	722,2	47,6	15,3	97,6
				1415	202,13	1264	72,7	37,1	159,7