



Аманжол
 Рәсімдер:

17.12.2024

День

7-11 овз

Отд./корп

Бочанихинская нош

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-25.1	каша жидкая молочная рисовая	200	18,63	184,5	5,3	5,4	28,7
	гор.напиток	54-6гн	чай со смородиной и сахаром	200	10,98	30,9	0,3	0,1	7,2
	хлеб	Пром	хлеб ржаной	50	4,00	85,4	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн	Пром	хлеб пшеничный	50	4,00	117,2	3,8	0,4	24,6
	кисломолоч	53-19з	масло сливочное(порциями)	10	11,00	66,1	0,1	7,30	0,1
				510	48,61	481,1	12,8	13,8	77,3
Завтрак 2	фрукты	Пром	апельсин	150	42,00	56,7	1,4	0,3	12,2
	закуска	54-2з	огурец в нарезке	60	21,00	8,5	0,5	0,1	1,5
Обед	гор. блюдо	54-2с	борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	6,94	110,4	4,7	5,7	10,1
	гор. блюдо	П/Ф	котлеты домашние	90	37,80	157,4	11,6	9,2	7
	гарнир	54-11г	картофельное пюре	150	9,62	139,4	3,1	5,3	19,8
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный	50	4,00	117,2	3,8	0,4	24,6
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржаной	30	2,40	51,2	2	0,4	10
			54-1хн	компот из смеси сухофруктов	180	7,01	72,9	0,4	0
				910	130,77	713,7	27,5	21,4	103
				1420	179,38	1197,8	40,3	35,2	180,3