

Школа МКОУ Кемчугская СОШ им. М.А.Хлебникова

Отд./корп

11-18 лет

День

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры |
|------------|-------------|-----------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-6к-202 | Каша вязкая молочная пшеничная    | 250      | 19.51 | 365          | 17    | 14   |
|            | гор.напиток | 54-7хн-20 | Какао с молоком                   | 200      | 7.33  | 107          | 5     | 4    |
|            | хлеб        | пром      | Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с | 60       | 4.05  | 116          | 5     | 1    |
|            |             | 54-1з     | Сыр твердых сортов в нарезке      | 150      | 9.62  | 109          | 7     | 9    |
| Завтрак 2  | фрукты      | пром      | Яблоко                            | 150      | 31.00 | 77           | 4     | 4    |
|            |             |           |                                   |          |       |              |       |      |
| Обед       | закуска     | пром      | помидор в нарезке                 | 60       | 11.23 | 12           | 0     | 0    |
|            | 1 блюдо     | 54-3с-202 | Рассольник Ленинградский          | 250      | 34.19 | 329          | 32    | 39   |
|            | 2 блюдо     | 54-11м-20 | Плов из отварной говядины         | 300      | 56.67 | 513          | 23    | 20   |
|            | гарнир      |           |                                   |          |       |              |       |      |
|            | сладкое     | 54-3гн-20 | Чай с сахаром и лимоном           | 200      | 4.03  | 59           | 0     | 0    |
|            | хлеб бел.   | пром      | Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с | 60       | 4.18  | 116          | 4     | 4    |
|            | хлеб черн.  |           |                                   |          |       |              |       |      |
|            |             | пром      | Груша                             | 200      | 8.19  | 250          | 1     | 0    |

|            |
|------------|
| 06.05.2024 |
|------------|

| Углеводы |
|----------|
| 49       |
| 12       |
| 23       |
| 0        |
|          |
| 15       |
|          |
|          |
| 3        |
| 96       |
| 60       |
|          |
| 15       |
| 11       |
|          |
| 22       |
|          |