

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	54-11г-20	Картофельное пюре	250	6.62	159	3	6
	гор.напиток	54-3гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	2.16	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	4.37	116	5	0
		54-60	яйцо вареное	1	8.40	104	2	1
		54-4м-20	Котлета из говядины	120	42.74	301	23	19
Завтрак 2	фрукты	пром	Помидор в нарезке	100	6.05	8	1	0
Обед	закуска							
	1 блюдо	54-1с-20	Щи со свежей капустой и сметаной	250	26.84	145	7	9
	2 блюдо	54-1м-20	Бефстроганов из отварной говядины	200	58.02	283	20	21
	гарнир	54-8г-20	Капуста тушеная	250	5.43	162	5	7
	сладкое	54-12хн-2	Кисель из концентрата	200	4.94	92	0	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	4.12	116	5	0
	хлеб черн.							
		пром	Груша	200	8.19	250	1	0

08.05.2024

Углеводы
24
15
23
5
10
13
14
5
21
14
23
22