

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	54-4г-202	Каша гречневая рассыпчатая	200	4.84	350	11	9
	гор.напиток	54-9 гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	1.94	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	3.80	116	5	0
		54-2м-202	Гуляш из говядины	120	53.41	255	21	17
		пром	Кукуруза отварная консервированная	100	7.64	72	5	0
Завтрак 2	фрукты	пром	Груша	200	16.38	250	1	0
Обед	закуска							
	1 блюдо	54-4с-202	Рассольник Домашний	250	76.47	175	7	6
	2 блюдо	54-11р-20	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	13.43	175	18	9
	гарнир	54-11г-20	Картофельное пюре	200	11.51	189	3	6
	сладкое	54-7хн-20	Компот из сухофруктов	200	1.06	93	1	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	4.67	116	5	0
	хлеб черн.							
		пром						

18,04,2024

Углеводы
57
15
23
5
13
21
14
8
24
23
23