

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	200	15.26	210	4	8
	гор.напиток	54-3гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	1.26	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	7.60	115	5	0
		54-3 соус	Соус красный основной	50	2.10	37	2	1
		54-8м-20	Тефтели из говядины	120	41.87	326	6	6
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	пром	Зеленый горошек отварной консервированный	100	9.36	72	5	0
	1 блюдо	54-2с-20	Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной	250	31.33	153	8	8
	2 блюдо	54-2м-20	Гуляш из говядины	180	48.42	254	20	17
	гарнир	54-4г-20	Каша гречневая рассыпчатая	200	8.50	350	11	9
	сладкое	54-7хн-20	Компот из сухих фруктов	200	1.40	93	0	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	3.80	115	5	0
	хлеб черн.							

13.02.2024

Углеводы
32
15
23
5
57
13
13
5
57
23
23