

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 |
| |
| |
| |