

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	9.91	159	3	6
	гор.напиток	54-3гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	2.60	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	3.80	115	5	0
		54-60	яйцо вареное	1	7.80	104	2	1
		54-4м-20	Котлета из говядины	120	48.47	301	23	19
Завтрак 2	фрукты	пром					4	4
Обед	закуска							
	1 блюдо	54-1с-20	Щи со свежей капустой и сметаной	250	31.59	145	7	9
	2 блюдо	54-1м-20	Бефстроганов из отварной говядины	200	59.33	283	20	21
	гарнир	54-8г-20	Капуста тушеная	250	9.44	162	5	7
	сладкое	54-12хн-2	Кисель из концентрата	200	0.83	92	0	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	4.18	115	5	0
	хлеб черн.							

20.03.2024

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