

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	15.28	210	4	8
	гор.напиток	54-3гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	1.25	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	100	4.62	191	5	0
		54-3 соус	Соус красный основной	50	2.49	37	2	1
		54-8м-20	Тефтели из говядины	100	47.42	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	34.89	153	8	8
	2 блюдо	54-2м-20	Гуляш из говядины	180	49.20	254	20	17
	гарнир	54-4г-20	Каша гречневая рассыпчатая	200	8.52	350	11	9
	сладкое	54-7хн-20	Компот из сухих фруктов	200	0.82	93	0	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	100	3.17	191	5	0
	хлеб черн.							

23.01.2024

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