

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	54-2г-202	Макароны отварные с овощами	200	11.53	320	8	11
	гор.напиток	54-6гн-20	Чай с молоком	200	8.05	86	2	2
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный 1 с	100	3.80	191	5	1
		637	Птица отварная	120	19.65	253	25	16
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	пром	Помидор в нарезке	100	19.20	12	0	0
	1 блюдо	54-14с-20	Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной	250	25.24	153	8	7
	2 блюдо	54-12м-20	Плов с курицей	300	64.62	478	41	12
	гарнир							
	сладкое	54-3гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	1.25	59	0	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный 1 с	100	12.38	191	5	1
	хлеб черн.							

26.01.2024
------------

Углеводы
47
17
23
0
3
13
52
15
23