

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	54-4г-202	Каша гречневая рассыпчатая	200	8.50	262	8	7
	гор.напиток	54-9 гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	1.25	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	100	3.80	115	5	0
		54-2м-202	Гуляш из говядины	120	25.94	212	17	14
Завтрак 2	фрукты	пром	Груша	200	16.80	250	1	0
		54-13-202	Сыр твердых сортов в нарезке	30	14.04	109	7	9
Обед	закуска							
	1 блюдо	54-4с-202	Рассольник Домашний	250	57.60	140	5	5
	2 блюдо	54-11р-20	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	16.28	146	15	7
	гарнир	54-11г-20	Картофельное пюре	200	11.79	158	3	6
	сладкое	54-7хн-20	Компот из сухофруктов	200	1.50	93	1	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	100	5.26	145	5	0
	хлеб черн.							
		пром	Груша	100	16.80	250	1	0

18.01.2024
------------

Углеводы
43
15
23
4
21
0
11
6
24
23
23
21