

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	7.88	350	11	9
	гор.напиток	54-9 гн-20	Чай с сахаром и лимоном	200	1.22	59	0	0
	хлеб	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	3.67	115	5	0
		54-2м-202	Гуляш из говядины	120	27.03	255	21	17
Завтрак 2	фрукты	пром	Мандарин	200	15.21	34	1	0
		54-13-202	Сыр твердых сортов в нарезке	30	13.69	109	7	9
Обед	закуска							
	1 блюдо	54-4с-202	Рассольник Домашний	250	60.49	175	7	6
	2 блюдо	54-11р-20	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	13.41	175	18	9
	гарнир	54-11г-20	Картофельное пюре	200	11.80	189	3	6
	сладкое	54-7хн-20	Компот из сухофруктов	200	3.32	93	1	0
	хлеб бел.	пром	Хлеб в ассортименте пшеничный 1 с	60	5.26	145	5	0
	хлеб черн.							
		пром					1	0

08.02.2024

Углеводы
57
15
23
5
8
0
14
8
24
23
23
21