

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 20.04.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	19	С-т из св. огурцов и помидор	100	30,90	85	0	7	4
	гор.блюдо	487	Птица отварная	100	57,80	132	12	5	3
	гарнир	520	Картофельное пюре	150	28,20	164	2	7	25
	гор. Напиток	593	Какао с молоком	200	20,60	154	4	4	28
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	2,50	48	2	2	15
	фрукт	6							
Итого					140,00	583,00	20,00	25,00	75,00
Завтрак 2	буть-д	1	Б-д с джемом	49	13,20	220	0	8	2
	гор. Блюдо	2	Каша молочная манная	210	27,70	269	4	9	25
	гор. Напиток	3	Чай с сахаром	200	3,10	58	0	0	36
Итого					44,00	547,00	4,00	17,00	63,00
Обед с 7 лет	закуска	30	С-т из огурца и пекин капусты м/р	100	36,50	69	3	5	4
	1 блюдо	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом пт	275	31,70	147	6	6	23
	2 блюдо	439	Печень по-строгановски	108	94,20	131	13	13	6
	напиток	631	Компот из яблок	200	11,10	142	0	0	26
	хлеб	5	Хлеб украинский	60	4,70	136	4	2	30
	фрукт		Яблоко	126	22,80	57	0	0	9
	гарнир	608	Каша перловая	150	9,00	204	3	4	22
	Итого					210,00	886,00	29,00	30,00
обед с 11 лет	закуска	30	С-т из св. огурца и пек капусты м/р	100	36,50	69	3	5	4
	1бл.	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом пт	275	31,70	147	6	6	23
	2бл.	439	Печень по строгановски	108	94,20	131	13	13	6
	напиток	631	Компот из яблок	200	11,10	142	0	0	26
	хлеб	5	Хлеб украинский	60	4,70	136	4	2	30
	фрукт		Яблоко	126	22,80	57	0	0	9
	гарнир	608	Каша перловая	150	9,00	204	3	4	22
	Итого					210,00	886,00	29,00	30,00

Директор школы  И.В.Шехирева
 Повар-бригадир  О.А. Лынова

