

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 21.04.22.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	102	С-т Дальневосточный	60	18,10	45	0	5	5
	гор. Блюдо	374	Горбуша тушенная с овощами	140	81,30	102	11	5	6
	гарнир	511	Рис отварной	150	14,70	275	4	6	24
	гор. Напиток	585	Чай с сахаром	200	3,10	58	0	0	15
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	2,50	58	2	2	15
	фрукт	6	Яблоко	112	20,30	48	0	0	9
		7							
Итого					140,00	586,00	17,00	18,00	74,00
Завтрак 2	бут-д	1	Бут-д с маслом	40	13,90	174	7	7	30
	гор. Блюдо	2	Каша молочная ячневая	210	27,00	259	8	9	36
	гор.напиток	3	Чай с сахаром	200	3,10	60	0	0	20
Итого					44,00	493,00	15,00	16,00	86,00
Обед с 7 лет	закуска	тпк	С-т Веснушка	100	29,70	75	0	7	3
	1 блюдо	181	Уха из горбуши с зеленью	278	37,40	187	5	7	17
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	215	70,40	278	13	13	17
	гарнир								
	напиток	639	Компот из с/фруктов	200	12,80	124	0	0	31
	хлеб	6	Хлеб украинский	60	4,70	136	4	2	28
	конд. Изд.	7	Кондитерское изд	1шт	15,00	40	1	2	12
	фрукт	8	Апельсин	166	40,00	112	0	0	9
Итого					210,00	952,00	23,00	31,00	117,00
обед с 11 лет		тпк	С-т Веснушка	100	29,70	75	0	7	3
		181	Уха из горбуши с зеленью	278	37,40	187	5	7	17
		489	Рагу из птицы	215	70,40	278	13	13	17
		639	Компот из с/фруктов	200	12,80	124	0	0	31
		6	Хлеб украинский	60	4,70	136	4	2	28
		7	Кондитерское изд	1шт	15,00	40	1	2	12
		8	Апельсин	166	40,00	112	0	0	9
Итого					210,00	952,00	23,00	31,00	117,00

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

