

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп  День 28.09.22.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска								
	гор. Блюдо	487	Гуляш из гов	100	95,00	132	14	6	8
	гарнир	510	Каша гречневая	150	16,10	210	7	5	38
	гор. Напиток	585	Чай с лимоном	200	6,50	60	0	0	15
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	2,60	58	2	2	15
	фрукт	6	Яблоко	94	19,80	46	0	0	8
		7							
Итого					140,00	506,00	23,00	13,00	84,00
Завтрак 2	бут-д	1	Бут-д с джемом	50	13,80	196	7	7	30
	гор. Блюдо	2	Каша молочная ячневая	210	26,80	259	8	9	36
	гор.напиток	3	Чай с сахаром	200	3,40	58	0	0	15
Итого					44,00	513,00	15,00	16,00	81,00
Обед с 7 лет	закуска	19	С-т из св овощей р/м	100	29,60	85	0	4	2
	1 блюдо	139	Суп крестьянский с м/пт и см	275	34,10	229	6	7	16
	2 блюдо	374	Плов из гов	200	106,20	102	5	6	1
	гарнир								
	напиток	705	Напиток из шиповника	200	12,50	94	0	0	24
	хлеб	6	Хлеб украинский	60	5,00	136	4	2	28
	фрукт	7	Яблоко	110	22,60	48	0	0	8
	фрукт	8							
	Итого					210,00	694,00	15,00	19,00
обед с 11 лет		19	С-т из св овощей р/м	100	29,60	85	0	4	2
		139	Суп крестьянский м/пт и см.	285	34,10	193	6	6	22
		374	Плов из гов	200	106,20	102	11	5	6
		705	Напиток из шиповника	200	12,50	124	0	0	24
		6	Хлеб украинский	60	5,00	136	4	2	28
		7	Яблоко	110	22,60	48	0	0	8
		8							
Итого					210,00	688,00	21,00	17,00	90,00

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

