

Школа

НРМОБУ "Чеускинская СОШ"

Отд./корп

День

18.11.2022 г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------------------|-------------|--------|--|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак с 7-11 лет | бут-д | 1 | Б-д с сыром | 50 | 24,20 | 151 | 7 | 7 | 15 |
| | гор.блюдо | 366 | Запеканка из творога со сметаной | 115 | 68,70 | 252 | 17 | 11 | 15 |
| | гор.напиток | 692 | Чай с лимоном | 200 | 5,90 | 60 | 0 | 0 | 20 |
| | конд.изд. | | | | | | | | |
| | хол.закуска | | Кондитерское изд | 1шт | 20,00 | 40 | 4 | 5 | 26 |
| | фрукт | | Яблоко | 158 | 33,20 | 73 | 0 | 0 | 15 |
| | | | | | | | | | |
| Итого | | | | | 152,00 | 576,00 | 28,00 | 23,00 | 91,00 |
| Завтрак 2 с 12 и ст. | бут-д | 1 | Б-д с маслом | 40 | 13,70 | 153 | 4 | 8 | 15 |
| | гор.блюдо | 2 | Каша молочная геркулесовая | 210 | 26,90 | 290 | 9 | 10 | 40 |
| | гор.напиток | 3 | Чай с сахаром | 200 | 3,40 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого | | | | | 44,00 | 501,00 | 13,00 | 18,00 | 70,00 |
| Обед с 7-11 лет | закуска | 16 | С-т из св. огурцов р/м | 100 | 23,30 | 79 | 1 | 7 | 3 |
| | 1 блюдо | 132 | Рассольник лен. со сметаной и мясом пт | 285 | 47,50 | 255 | 7 | 12 | 10 |
| | гарнир | 436 | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 489 | Рагу из птицы | 215 | 70,40 | 238 | 13 | 13 | 17 |
| | компот | 634 | Кисель п/я | 200 | 9,10 | 120 | 0 | 0 | 37 |
| | хлеб | 6 | Хлеб украинский | 60 | 5,00 | 136 | 5 | 3 | 30 |
| | фрукт | 7 | Мандарин | 122 | 30,70 | 56 | 0 | 0 | 12 |
| | конд. изд. | | Конд изд | 2шт | 40,00 | 80 | 8 | 10 | 52 |
| Итого | | | | | 226,00 | 964,00 | 34,00 | 45,00 | 161,00 |
| обед с 12 и ст. | закуска | 16 | С-т из св. огурцов р/м | 100 | 23,30 | 79 | 1 | 7 | 3 |
| | 1бл. | 132 | Рассольник лен. со сметаной и мясом пт | 285 | 47,50 | 255 | 7 | 12 | 10 |
| | 2бл. | 489 | Рагу из птицы | 215 | 70,40 | 238 | 13 | 13 | 17 |
| | гарнир | 510 | | | | | | | |
| | напиток | 634 | Кисель п/я | 200 | 9,10 | 120 | 0 | 0 | 37 |
| | хлеб | 6 | Хлеб украинский | 60 | 5,00 | 136 | 5 | 3 | 30 |
| | конд. изд. | 7 | Конд изд | 2шт | 40,00 | 80 | 8 | 10 | 52 |
| | фрукт | | Мандарин | 122 | 30,70 | 56 | 0 | 0 | 12 |
| Итого | | | | | 226,00 | 964,00 | 34,00 | 45,00 | 161,00 |

Директор школы
Повар-бригадир

И. В. Шехирева
С. А. Лынова

