

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 23.11.22.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с7-11 лет	закуска	19	С-т из св помидор р/м	100	21,90	85	0	7	4
	гор. Блюдо	487	Птица отварная	100	57,80	146	14	6	8
	гарнир	510	Каша гречневая	150	16,10	232	3	5	36
	гор. Напиток	585	Чай с молоком	200	9,60	60	0	0	15
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	2,60	58	2	2	15
	фрукт	6	Мандарин	176	44,00	80	0	0	16
		7							
Итого					152,00	661,00	19,00	20,00	94,00
Завтрак 2 с12и ст	бут-д	1	Бут-д с джемом	50	13,80	174	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	491,00	15,00	16,00	81,00
Обед с 7 лет с7-11 лет	закуска	22	С-т Ароматный р/м	100	19,80	86	1	7	4
	1 блюдо	139	Суп крестьянский с м/пт и см	285	33,80	229	6	7	16
	2 блюдо	443	Плов из гов.	200	106,20	360	17	13	36
	гарнир								
	напиток	705	Компот из с/фруктов	200	11,50	124	0	0	24
	хлеб	6	Хлеб украинский	60	5,00	136	4	2	28
	конд. Изд.	7							
	фрукт	8	Яблоко	237	49,70	106	0	0	20
Итого					226,00	1041,00	28,00	29,00	128,00
обед с 12 лет		22	С-т Ароматный р/м	100	19,80	86	1	7	4
		139	Суп крестьянский м/пт и см.	285	33,80	229	6	7	16
		443	Плов из гов.	200	106,20	360	17	13	36
		705	Компот из с/фруктов	200	11,50	124	0	0	24
		6	Хлеб украинский	60	5,00	136	4	2	28
		7	Яблоко	237	49,70	106	0	0	20
		8							
Итого					226,00	1041,00	28,00	29,00	128,00

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

