

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 15.12.22.

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	516	Макароны отварные	150	10,70	232	3	6	36
	гор. Напиток	585	Кофейный напиток	200	15,60	60	0	0	15
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	2,60	58	2	2	15
	фрукт	6	Мандарин	166	43,40	76	0	0	15
		7							
Итого					152,00	657,00	19,00	21,00	93,00
Завтрак 2 с12и ст	бут-д	1	Бут-д с джемом	50	13,80	232	2	1	29
	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	549,00	10,00	10,00	80,00
Обед с 7 лет с7-11 лет	закуска	20	С-т из св помидор и огурцов р/м	100	31,20	85	0	4	2
	1 блюдо	110	Борщ из св капусты с м/пт и см	285	44,60	211	3	4	15
	2 блюдо	443	Плов из гов.	200	106,20	360	17	13	36
	гарнир								
	напиток	705	Напиток из шиповника	200	11,30	94	0	0	24
	хлеб	6	Хлеб украинский	60	5,00	136	4	2	28
	конд. Изд.	7							
	фрукт	8	Яблоко	132	27,70	60	0	0	11
Итого					226,00	946,00	24,00	23,00	116,00
обед с 12 лет		20	С-т из св помидор и огурцов р/м	100	31,20	85	0	4	2
		110	Борщ из св капусты м/пт и см.	285	44,60	211	3	4	15
		443	Плов из гов.	200	106,20	360	17	13	36
		705	Напиток из шиповника	200	11,30	94	0	0	24
		6	Хлеб украинский	60	5,00	136	4	2	28
		7	Яблоко	132	27,70	60	0	0	11
		8							
Итого					226,00	946,00	24,00	23,00	116,00

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

