

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 6.04.2023 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак С 7-11 лет	хол закуска	20	С-т из св помидор и огурцов р/м	60	18,70	51	0	4	2
	гор.ыл.	374	Рыба тушеная с овощами	100	60,00	174	10	11	6
	гор. Напиток	686	Чай с молоком	200	9,90	87	2	2	17
	гор бл	531	Капуста тушеная	150	24,20	156	4	7	17
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	2,90	69	2	2	15
	фрукт	6	Мандарин	125	36,30	46	0	0	12
Итого					152,00	583,00	18,00	26,00	69,00
Завтрак 2	бут-д	8	Б-д с сыром	50	24,70	151	7	7	15
	гор. Бл.	417	Каша молочная гречневая	210	31,60	290	9	10	39
С 12 и старше	гор. Напиток	686	Чай с сахаром	200	3,70	58	0	0	15
Итого					60,00	499,00	16,00	17,00	69,00
Обед с 7 лет	закуска	36	С-т из свеклы с солеными огурцами р/м	100	19,50	87	1	6	7
	1 блюдо	181	Уха из горбуши	275	40,80	166	5	7	20
	2 блюдо	462	Тефтель с рисом в/соусе	140	70,80	144	10	8	9
	гарнир	516	Макароны отварные	150	10,70	230	5	6	35
	компот	631	Компот из яблок манд и апельсин	200	17,30	111	0	0	26
	хлеб	6	Хлеб украинский	60	5,60	136	5	3	30
	фрукт	7	Апельсин	235	61,30	87	0	0	21
	конд изд								
Итого					226,00	961,00	26,00	30,00	148,00
обед с 12 лет		36	С-т из свеклы и соленого огурца м/р	100	19,50	87	1	6	7
		181	Уха из горбуши	275	40,80	166	5	7	20
		462	Тефтель с рисом в/соусе	140	70,80	144	10	8	9
		516	Макароны отварные	150	10,70	230	5	6	35
		631	Компот из яблок манд и апельсина	200	17,30	111	0	0	26
		6	Хлеб украинский	60	5,60	136	5	3	30
		7	Апельсин	235	61,30	87	0	0	21
Итого					226,00	961,00	26,00	30,00	148,00

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

