

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 11 лет и старше

Отд./корп

День

01.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60\30	39,00	179	10	12	8
	гарнир	613,01	Рис припущенный	200	20,50	315	5	8	55
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	4,50	42	0	0	10
	хлеб	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,24	156	8	0	33
Обед	1 блюдо	67,08	Свекольник со сметаной	250\5	12,15	129	3	5	18
	2 блюдо	12,21	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	50\50	34,00	225	14	16	5
	гарнир	497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180\5	19,80	304	11	7	49
	гор.напиток	294,01	Компот из свежих плодов	200	10,00	79	0	0	19
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14

Отд./корп

День

01.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60\30	39,00	179	10	12	8
	гарнир	611,02	Рис припущенный	180	14,61	276	5	8	47
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	4,50	42	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
	доп.питание		Пастила фруктово-ягодная	50	25,00	132	1	0	30
Обед	1 блюдо	67,32	Свекольник со сметаной	200\10	15,22	113	2	5	15
	2 блюдо	12,2	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	45\45	30,60	203	13	15	5
	гарнир	302	Каша гречневая вязкая с маслом	150\5	8,00	149	5	5	21
	гор.напиток	249,01	Компот из свежих плодов	200	10,00	79	0	0	19
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14
	доп.питание		Пастила фруктово-ягодная	50	25,00	132	1	0	30