

С 11 лет и старше

Отд./корп

День

14.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	салат	2,11	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	11,63	104	2	5	12
	гор.блюдо	131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	42,08	359	15	17	37
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10
	хлеб	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,30	156	8	0	33
		401	Масло сливочное	10	8,00	66	0	7	0
Обед	1 блюдо	129,14	Суп картофельный с горохом и гренками	250\20	10,65	226	8	5	37
	2 блюдо	118,2	Рагу овощное с отварным мясом	250	49,10	373	20	24	19
	гарнир								
	гор.напиток	294,01	Компот из свежих плодов	200	10,00	79	0	0	19
	хлеб бел.	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,75	130	4	0	28
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 7 до 11 лет

Отд./корп

День

14.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	салат	2,1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	7,00	62	1	3	7
	гор.блюдо	131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	39,26	359	15	17	37
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,30	130	4	0	28
		401	Масло сливочное	10	8,00	66	0	7	0
Обед	1 блюдо	129,14	Суп картофельный с горохом и гренками	250\20	10,65	226	8	5	37
	2 блюдо	118,08	Рагу овощное с отварным мясом	180	36,85	267	15	17	14
	гарнир								
	гор.напиток	294,01	Компот из свежих плодов	200	10,00	79	0	0	19
	хлеб бел.	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,75	130	4	0	28
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14