

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 11 лет и старше

Отд./корп

День

21.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	233,24	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	50\50	44,00	280	22	20	3
	гарнир	211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180\10	20,40	246	7	4	44
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	5,50	42	0	0	33
	хлеб	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,30	156	8	1	33
Обед	1 блюдо	58	Суп картофельный	250	16,15	107	2	3	18
	2 блюдо	445,38	Котлеты мясные с молочным соусом	60\30	39,00	168	10	13	9
	гарнир	611,02	Рис припущенный	200	18,00	276	5	8	47
	гор.напиток	294,01	Компот из сухофруктов	200	8,00	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

21.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	233,23	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	45\45	38,64	179	10	12	8
	гарнир	211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150\5	17,00	211	8	12	39
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	5,50	42	0	0	33
	хлеб	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,30	156	8	1	33
Обед	1 блюдо	58	Суп картофельный	250	8,24	107	2	3	18
	2 блюдо	445,38	Котлеты мясные с молочным соусом	60\30	39,00	168	10	13	9
	гарнир	611,03	Рис припущенный	150	14,00	230	4	7	39
	гор.напиток	294,01	Компот из сухофруктов	200	8,00	129	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