

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 11 лет и старше

Отд./корп

День

22.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445,37	Котлеты мясные с молочным соусом	60\30	39,00	179	10	12	8
	гарнир	497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180\5	18,35	304	11	7	49
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
	фрукты	38	Яблоко	100	12,00	47	0	0	10
Обед	закуска	2,21	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	16,00	99	2	5	11
	1 блюдо	66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	12,00	121	3	5	16
	2 блюдо	684	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	150	48,81	215	10	12	18
	гарнир								
	гор.напиток	305,11	Витаминизированный кисель	200	2,20	95	0	0	24
	хлеб бел.	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,24	156	8	0	33
	хлеб черн.	421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	2,20	88	3	0	18

22.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	445,37	Котлеты мясные с молочным соусом	60\30	39,00	179	10	12	8
	гарнир	497,02	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150\5	9,59	253	9	6	41
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
	фрукты	38	Яблоко	100	12,00	47	0	0	10
Обед	закуска	2,2	Салат из белокочанной капусты с яблоками	80	13,23	79	2	4	8
	1 блюдо	66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	7,35	97	2	4	12
	2 блюдо	684	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	150	43,00	215	10	12	18
	гарнир								
	гор.напиток	305,11	Витаминизированный кисель	200	2,69	95	0	0	24
	хлеб бел.	420,08	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	70	4,62	182	6	0	39
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14