

10.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	66,65	Суп-лапша (вермишель) с мясом птицы (филе)	250\30	36,26	271	16	16	16
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	4,50	42	0	0	10
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,75	130	4	0	28
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,20	35	3	3	0
		401	Масло сливочное	10	10,50	66	0	7	0
Обед	1 блюдо	53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250\10	17,00	97	2	6	9
	2 блюдо	80,62	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50\50	31,55	120	10	8	2
	гарнир	497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180\5	14,30	304	11	7	49
	гор.напиток	293	Компот из смеси сухофруктов	200	8,00	129	0	0	33
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
		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

10.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	66,64	Суп-лапша (вермишель) с мясом птицы (филе)	250\20	28,81	221	11	13	16
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200	4,50	42	0	0	10
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,70	130	4	0	28
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,20	35	3	3	0
		401	Масло сливочное	10	10,50	66	0	7	0
Обед	1 блюдо	53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200\10	10,20	81	2	5	7
	2 блюдо	80,55	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	45\45	28,40	108	9	7	2
	гарнир	302	Каша гречневая вязкая с маслом	150\5	12,00	149	8	5	21
	гор.напиток	293	Компот из смеси сухофруктов	200	8,00	129	0	0	33
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
		1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14