

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 11 лет и старше

Отд./корп

День

05.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211,07	Макаронные изделия отварные с томатным соусом	180/10/30		224	6	5	39
	гарнир	27,01	Сыр (порциями)	10		35	3	3	0
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200		42	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30		78	2	0	17
	гор.напиток	401	Масло сливочное	10		66	0	7	0
	фрукты	38	Яблоко	100		47	0	0	10
Обед	закуска								
	1 блюдо	56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10		107	2	6	11
	2 блюдо	80,62	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50/50		120	10	8	2
	гарнир	611,02	Рис припущеный	180		276	5	8	47
	сладкое	296	Напиток лимонный	200		82	0	0	20
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30		78	2	0	17
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30		66	2	0	14

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 7 до 11 лет

Отд./корп

День 05.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211,06	Макаронные изделия отварные с томатным соусом	150/5/30		224	6	5	39
	гарнир	27,01	Сыр (порциями)	10		35	3	3	0
	гор.напиток	285	Чай с лимоном и сахаром	200		42	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30		78	2	0	17
	гор.напиток	401	Масло сливочное	10		66	0	7	0
	фрукты	38	Яблоко	100		47	0	0	10
Обед	закуска								
	1 блюдо	56,2	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/5		99	2	5	11
	2 блюдо	80,55	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	45/45		108	9	7	2
	гарнир	611,03	Рис припущеный	150		230	4	7	39
	сладкое	296	Напиток лимонный	200		82	0	0	20
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30		78	2	0	17
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30		66	2	0	14