

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 11 лет и старше

Отд./корп

День

19.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	129,17	Суп картофельный с горохом и гренками, с мясом птицы (филе)	250\20\30	33,40	376	21	16	37
	гор.напиток	288,02	Какао с молоком	200	10,96	111	4	4	15
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,20	35	3	3	0
		401	Масло сливочное	10	8,00	66	0	7	0
Обед	1 блюдо	53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250\10	12,00	97	2	6	9
	2 блюдо	96,2	Гуляш	50\50	36,85	226	15	17	4
	гарнир	211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180\10	14,00	246	7	4	44
	гор.напиток	305,11	Витаминизированный кисель	200	8,00	95	0	0	24
	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

19.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	129,16	Суп картофельный с горохом и гренками, с мясом птицы (филе)	250\20\20	25,95	326	17	12	37
	гор.напиток	288,02	Какао с молоком	200	10,96	111	4	4	15
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,20	35	3	3	0
		401	Масло сливочное	10	8,00	66	0	7	0
Обед	1 блюдо	53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200\10	9,70	81	2	5	7
	2 блюдо	96,19	Гуляш	45\45	29,50	203	14	15	3
	гарнир	211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150\5	11,40	211	6	4	37
	гор.напиток	305,11	Витаминизированный кисель	200	8,00	95	0	0	24
	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