

Школа	МОБУ СОШ с.Ермекеево		С 11 лет и старше		Отд./корп			День	23.01.2023	
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	41,41	271	16	16	16	
	гор.напиток	305,11	Витаминизированный кисель	200	2,69	95	0	0	24	
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,70	130	4	0	28	
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,90	35	3	3	0	
		401	Масло сливочное	10	12,50	66	0	7	0	
Обед	1 блюдо	53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250\10	17,76	97	2	6	9	
	2 блюдо	80,62	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50\50	39,80	120	10	8	2	
	гарнир	497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180\5	19,80	304	11	7	49	
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10	
	хлеб бел.	420,07	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	60	3,24	156	8	0	33	
	хлеб черн.	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	23.01.2023	
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	32,65	221	11	13	16	
	гор.напиток	305,11	Витаминизированный кисель	200	2,69	95	0	0	24	
	хлеб	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,70	130	4	0	28	
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,90	35	3	3	0	
		401	Масло сливочное	10	12,50	66	0	7	0	
Обед	1 блюдо	53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200\10	12,20	81	2	5	7	
	2 блюдо	80,55	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	45\45	35,79	108	9	7	2	
	гарнир	302	Каша гречневая вязкая с маслом	150\5	18,00	149	8	5	21	
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10	
	хлеб бел.	420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	2,70	130	4	0	28	
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14	