

Школа ООШ с. Верхнебельский филиал МОБУ СОШ с. Тирлянский Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность			
						Калории	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	194	Каша манная молочная	170	69,57	196	3,48	4,7	17,49
	гор.напиток	282	Чай с чахаром	200		27	0,2		6,5
	хлеб		Хлеб пшеничный для детского питания с						
		200102	витаминами и железом	40		93	3,2	0,48	15,36
		2002	Сырники из творога с соусом молочным	90		154	6,5	7,6	14,2
			500	69,57	470	13,38	12,78	53,55	
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	41	Винегрет	60		72	1,22	1,2	13,5
	1 блюдо		Рассольник ленинградский с крупой						
		53	перловой со сметаной	200		160	3,73	5,00	16,00
	2 блюдо		Гуляш из говядины ,макароны отварные с						
		93	маслом	195		391	12,22	12,70	29,50
	гарнир								
	сладкое	202/1	Компот из вишни	200		73	0,1	0,01	18,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный для детского питания с						
		200102	витаминами и железом	35		81	2,8	0,42	13,44
хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный для детского							
	200101	питания с витаминами и железом	30		69	2,43	4,20	10,61	
			720		846	22,50	23,53	101,95	

