

Школа

МБОУ Школа № 83

Отд./корп.

День: 11.01.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор блюдо	243	Сардельки отварные	110		131	8	11	
	Гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150		199	6	4	34
	Гор. Напиток	382	Какао напиток с молоком	200		154	4	4	26
	Хлеб	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
	Фрукты	341	Апельсин (нарезка)	50		19			4
Завтрак 2									
Обед	закуска	ТТК	Огурец консервированный порционно	30		3			1
	1 блюдо	103	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	250		144	4	4	23
	2 блюдо	268	Шницель из говядины с томатным соусом	90		151	9	8	11
	гарнир	199	Пюре гороховое	150		243	16	5	4
	Напиток	ТТК	Напиток клюквенный Школьный	200		62			15
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	Выпечка	225	Оладьи из творога со сгущённым молоком	100/20		279	14	13	26
	Напиток	ТТК	Напиток из вишни	200		89			22