

Школа

МБОУ Школа № 83

Отд./корп.

День: 26.01.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Второе блюдо	244	Плов из отварной говядины	230		369	13	14	47
	Напиток	350	Кисель	200		124			31
	Хлеб	824	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
	Фрукт	338	Яблоко свежее (нарезка)	50		22			5
Завтрак 2									
Обед	закуска	ТТК	Зелёный горошек порционно	15		6			1
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/5/1		97	2	6	10
	2 блюдо	ТТК	Зразы Ленивые из говядины с яйцом, с соусом	90		189	10	11	12
	Гарнир	310	Картофель отварной	150		100	3	1	21
	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	ТТК	Булочка Плетенка	100		391	8	15	57
	напиток	385	Молоко кипяченое	200		116	6	6	9