

Школа

МБОУ Школа № 83

Отд./корп.

День: 29.01.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Гастрономия	14	Масло порционно	10		66		7	
	Мясное блюдо	243	Сосиски отварные	50		100	5	9	
	Гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20
	Напиток	376	Чай с сахаром	200		61			15
	Хлеб	824	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
	Фрукт	341	Апельсин (нарезка)	60		23	1		5
Завтрак 2									
Обед	закуска	73	Икра кабачковая порционно	30		36	1	3	2
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	250/5/1		93	2	5	11
	2 блюдо	288	Цыплята отварные с маслом сливочным	80		216	18	16	
	Гарнир	203	Вермишель отварная с маслом сливочным	150		180	6	4	29
	Напиток	342	Компот из свежих яблок	200		101			25
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	выпечка	460	Крендель Сахарный	100		292	7	2	61
	напиток	ТТК	Напиток из вишни	200		89			22