

Школа

МБОУ Школа № 83

Отд./корп.

День: 07.02.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гастрономия	15	Сыр порционно	10		34	3	3	
	Гастрономия	16	Ветчина порционно.	20		56	5	4	
	Каша	173	Каша геркулесовая вязкая с маслом сливочным.	250/10		363	10	15	47
	Напиток	379	Напиток кофейный с молоком	200		146	3	4	25
	Хлеб	824	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
Завтрак 2									
Обед	закуска	73	Икра кабачковая.	50		59	1	4	4
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/5/1		97	2	6	10
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из цыплят со сметанно - томатным соусом.	90		118	7	6	10
	Гарнир	304	Рис отварной с маслом	150		190	4	5	32
	Напиток	375	Напиток из свежей ягоды	200		87			21
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	выпечка	ТТК	Плюшка "Московская"	100		358	7	10	60
	напиток	389	Сок в ассортименте	200		136	1		33