

Школа

МБОУ Школа № 83

Отд./корп.

День: 09.02.2022 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Гастрономия	14	Масло порционно	10		66		7	
	2 блюдо	279	Тефтели, тушенные со сметанно - томатным соусом	110		187	8	12	10
	Гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150		240	8	6	39
	Напиток	377	Чай с лимоном и сахаром	200/3		61			15
	Хлеб	824	Батон пшеничный	30		79	2	1	15
Завтрак 2									
Обед	закуска	20	Салат из свежей капусты белокочанной с	30		27		2	3
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с зеленью укропа	250/1		135	2	5	20
	2 блюдо	246	Гуляш из отварной говядины.	60		103	8	7	2
	Гарнир	310	Картофель отварной.	150		100	3	1	21
	Напиток	349	Компот из сухофруктов.	200		92			23
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	выпечка	ТТК	Булочка "Сюрпризная"	100		404	7	13	64
	напиток	389	Сок в ассортименте	200		136	1		33