

Школа

83

Отд./корп

День

06.04.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---|------------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гастрономия | 15 | Сыр порционно | 10 | | 34 | 3 | 3 | |
| | Яичное блюдо | 209 | Яйцо вареное | 40 | | 63 | 5 | 5 | |
| | Каша | 173 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200/10 | | 318 | 9 | 12 | 44 |
| | Напиток | ТТК | Чай с лимоном и сахаром | 200/11/3,5 | | 46 | | | 11 |
| | Хлеб | 824 | Батон пшеничный | 30 | | 79 | 2 | 1 | 15 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 1 блюдо | | 102 | Суп картофельный с горохом и зеленью укропа | 250/1 | | 144 | 5 | 4 | 22 |
| | | 279 | Тефтели, тушенные со сметанно - томатным соусом | 110 | | 187 | 8 | 12 | 10 |
| | Гарнир | 314 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | 150 | | 146 | 5 | 5 | 21 |
| | Напиток | ТТК | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 72 | | | 18 |
| | хлеб бел. | ТТК | Хлеб пшеничный | 60 | | 152 | 5 | 2 | 29 |
| | хлеб черн. | ТТК | Ржаной хлеб | 30 | | 67 | 2 | | 14 |
| | выпечка | 993 | Плюшка "Московская" | 100 | | 358 | 7 | 10 | 60 |
| | напиток | 389 | Сок в ассортименте | 200 | | 136 | 1 | | 33 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Директор МБОУ Школа № 83 г.о. Самара А. Сокина

