

Школа		83			Отд./корп		День			07.06.2022
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Закуска	42	Морковь, припущенная с сахаром.	100		55	1		12	
	Творожное блюдо	ТТК	Запеканка из творога с рисом и стущённым молоком	150\20		392	22	16	40	
		ТТК	Чай со смородиной	200		39			10	
	Напиток	ТТК	Батон пшеничный	30		79	2	1	15	
	Хлеб									
Завтрак 2										
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	250/10/1		98	2	6	9	
	2 блюдо	229	Рыба, тушенная в томате с овощами	100		133	12	8	3	
Полдник	Гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20	
	Напиток	349	Компот из смеси сухофруктов.	200		92			23	
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		152	5	2	29	
	хлеб черн.	ТТК	Ржаной хлеб	30		67	2		14	
Полдник	Выпечка	ТТК	Витушка с изюмом.	100		318	8	8	55	
	Напиток	386	Напиток кисломолочный Ряженка	200		102	6	5	8	

Директор МБОУ Искитинская СОШ № 83 г. о. Самара
 А. В. Сокунова

