

Школа

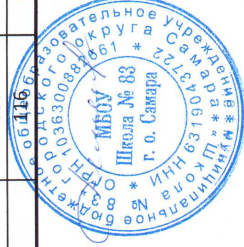
83

Отд./корп

День

12.11.2022

| Прием пищи | Раздел       | № рец. | Блюдо  | Выход, г   | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|--|------------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 2 блюдо      | 279    | Тефтели из говядины со сметанно - томатным соусом      | 110        | 70,00 | 166          | 8     | 10   | 10       |
|            | Гарнир       | 314    | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным               | 150        |       | 140          | 4     | 4    | 21       |
|            | Гор. Напиток | ТТК    | Чай с сахаром.   | 200/11     |       | 45           |       |      | 11       |
|            | Хлеб         | ТТК    | Хлеб пшеничный   | 30         |       | 106          | 2     | 1    | 15       |
|            |              |        |  |            |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  |              |        |  |            |       |              |       |      |          |
|            |              |        |  |            |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо      | ТТК    | Суп картофельный с рыбными консервами и зеленью укропа | 12,5/250/1 | 90,00 | 141          | 5     | 5    | 20       |
|            | 2 блюдо      | ТТК    | Голубцы Ленивые из птицы с соусом сметанным с томатом  | 250        |       | 191          | 20    | 6    | 14       |
|            | Напиток      | ТТК    | Компот из сухофруктов.                                 | 200        |       | 72           |       |      | 18       |
|            | хлеб бел.    | ТТК    | Хлеб пшеничный   | 60         |       | 152          | 5     | 2    | 29       |
|            | хлеб черн.   | ТТК    | Ржаной хлеб  | 30         |       | 67           | 2     |      | 14       |
| Полдник    | Выпечка      | 417    | Гребешок "Школьный"                                    | 100        |       | 357          | 8     | 9    | 61       |
|            | Напиток      | 385    | Молоко кипячёное                                       | 200        |       | 116          | 6     | 6    | 9        |



*И.О. Директор школы № 83 г.о. Самара*

*Давыдова О.В.*