

Школа

МКОУ ШИ

Отд./корп

День

2025-02-12

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204	Творожный пудинг	200	44,58	504	27	32	25
		803	Сладкий молочный соус	100	7,82	124	3	5	16
	гор.напиток	103	Какао	200	14,52	145	4	4	25
	хлеб	1003	Хлеб пшеничный с сыром	72	13,93	190	11	6	24
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	1101	Яблоко	250	24,92	110	1	1	24
		1016	Сок	200	10,80	92	1	0	20
Обед	закуска	4014	Салат из свеклы с сыром	100	11,10	148	3	12	7
	1 блюдо	503	Суп гороховый с гренками	350	29,75	236	11	6	31
	2 блюдо	602	Гуляш мясной	120	77,72	168	20	18	5
	гарнир	306	Картофельное пюре	245	43,50	224	5	6	35
	напиток	1017	Напиток из ягод	200	5,67	118	0	0	27
	хлеб бел.	1005	Хлеб пшеничный	50	3,32	117	4	1	24
	хлеб черн.	1004	Хлеб ржаной	100	4,84	174	7	1	33
Полдник	булочное								
	напиток	104	Кефир	200	21,78	109	5	3	7
		1007	Вафли	100	26,4	458	10	6	76
Ужин	гор.блюдо	6015	Куры отварные	100	55	234	18	18	0
	гарнир	309	Гречка	155	14,27	301	9	10	44
	напиток	101	Чай сладкий	200	4,07	28	0	0	14
	хлеб	1002	Хлеб пшеничный с маслом	110	8,27	310	8	9	48
		1004	Хлеб ржаной	50	2,42	87	3	1	17
		405	Салат из моркови и зеленого горошка	100	25,99	124	2	10	6

