

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 3.04.24.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак с7-11 лет	закуска	19	С-т Винегрет овощной р/м	60	14,80	51	0	4	4
	гор. Блюдо	487	Птица отв	100	62,80	146	12	7	3
	гарнир	516	Макароны отв	150	12,00	201	2	6	15
	гор. Напиток	692	Чай с сахаром	200	4,00	58	0	0	15
	хлеб	5	Хлеб 1 сорта	30	3,20	69	0	0	15
	фрукт	6	Апельсин	247	69,20	65	0	0	12
		7							
Итого					166,00	590,00	14,00	17,00	64,00
Завтрак 2 с12и ст	бут-д	1	Бут-д с с джемом	54	16,40	232	2	1	29
	гор. Блюдо	2	Макароны отв с сыром	150	26,60	232	8	10	40
	гор.напиток	3	Кофейный напиток	200	17,00	124	0	0	15
Итого	закуска	3							
Обед с 7 лет с7-11 лет					60,00	588,00	10,00	11,00	84,00
	закуска	16	С-т из помидор и огурцов и редиса р/м	100	34,70	75	2	5	13
	1 блюдо	139	Суп картофельный с бобовыми м/п /зел	276	35,30	147	6	6	22
	2 блюдо	436	Печень по- строгановски	100	62,20	132	13	13	6
	гарнир	508	Каша ячневая	150	10,80	186	4	6	21
	напиток	648	Напиток из шиповника	200	11,70	103	0	0	30
	хлеб	6	Хлеб украинский	60	6,40	128	4	1	26
	конд. Изд.	7	Сок	200	35,00	40	2	4	20
	фрукт	8	Груша	185	51,90	86	0	0	18
Итого					248,00	897,00	31,00	35,00	156,00
обед с 12 лет		71	С- из помидор огурцов и редиса р/м	100	34,70	75	2	5	13
		139	Суп картофельный с бобовыми м/п/зел .	276	35,30	147	6	6	22
		294	Печень по-строгановски	100	62,20	132	13	13	6
		508	Каша ячневая	50	10,80	186	4	6	21
		705	Напиток из шиповника	200	11,70	103	0	0	30
		6	Хлеб украинский	60	6,40	128	4	1	26
		7	Груша	185	51,90	86	0	0	18
		8	Сок	200	35,00	40	2	4	20
Итого					248,00	897,00	31,00	35,00	156,00

Директор школы  И.В. Шехирева
 Повар-бригадир  О.А. Лынова

