

Школа НРМОБУ "Чеускинская СОШ" Отд./корп День 24.12.2024 г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|--------------|--------|----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак с 7-11 | закуска | 25 | С-т из св капусты и морской р/м | 60 | 12,80 | 45 | 0 | 0 | 2 |
| | гор бл | 462 | Биточек по- белорусски | 75 | 112,20 | 219 | 13 | 10 | 19 |
| | гарнир | 608 | Каша ячневая | 150 | 13,80 | 186 | 3 | 6 | 36 |
| | гор напитокб | 686 | Чай с лимоном | 200 | 7,20 | 60 | 0 | 0 | 15 |
| | фрукт | 5 | Яблоко | 60 | 16,90 | 27 | 0 | 0 | 5 |
| | | 6 | Хлеб 1 сорта | 30 | 3,10 | 68 | 2 | 3 | 15 |
| | | 7 | | | | | | | |
| Итого | | | | | 166,00 | 605,00 | 18,00 | 19,00 | 92,00 |
| Завтрак 2 | | 1 | Б-д с джемом | 52 | 15,60 | 242 | 2 | 1 | 29 |
| | | 2 | Каша мол пшеничная | 210 | 40,40 | 259 | 8 | 10 | 40 |
| | | 3 | Чай с сахаром | 200 | 4,00 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого | | | | | 60,00 | 559,00 | 10,00 | 11,00 | 84,00 |
| Обед с 7 лет | закуска | ткк | С-т Винегрет овощной р/м | 100 | 24,90 | 75 | 1 | 4 | 6 |
| | 1 блюдо | 148 | Суп карт с макаронами с м/п/ зел | 276 | 38,60 | 192 | 3 | 10 | 15 |
| | 2 блюдо | 443 | Плов из говядины | 200 | 123,00 | 325 | 17 | 13 | 36 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | компот | 639 | Компот из кураги | 200 | 18,20 | 124 | 0 | 0 | 32 |
| | хлеб | 6 | Хлеб украинский | 60 | 6,20 | 136 | 3 | 4 | 30 |
| | фрукт | 7 | Яблоко | 132 | 37,10 | 62 | 0 | 0 | 12 |
| | | | | | | | | | |
| Итого | | | | | 248,00 | 914,00 | 24,00 | 31,00 | 131,00 |
| обед с 12 лет | | ткк | С-т Винегрет овощной р/м | 100 | 24,90 | 75 | 1 | 4 | 6 |
| | | 148 | Суп карт с макаронами с м/п/зел | 276 | 38,60 | 192 | 3 | 10 | 15 |
| | | 443 | Плов из говядины | 200 | 123,00 | 325 | 17 | 13 | 36 |
| | | | | | | | | | |
| | | 699 | Компот из кураги | 200 | 18,20 | 124 | 0 | 0 | 32 |
| | | 6 | Хлеб украинский | 60 | 6,20 | 136 | 3 | 4 | 30 |
| | | 7 | Яблоко | 132 | 37,10 | 62 | 0 | 0 | 12 |
| Итого | | | | | 248,00 | 914,00 | 24,00 | 31,00 | 131,00 |

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

