

Школа МКОУ "Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева" Отд./корп  День 16.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	74,14	Каша молочная овсяная (геркулесовая) с маслом сливочным	200	20,08	252	9	13	31
	гор.напиток	693,08	Какао с молоком	200	17,40	152	5	5	23
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты								
		28,01	Яблоко	150	16,50	43	0	0	43
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	10	Салат из свежих овощей "Ассорти"	60	14,53	39	1	3	2
	1 блюдо	102,19	Суп картофельный с горохом	200	25,21	20	5	3	20
	2 блюдо	39,01	Гуляш из курицы	70	31,81	177	12	11	5
	гарнир	332,02	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	18,24	270	6	3	36
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	375,01	Чай с лимоном	200	3,05	59	0	0	15
					154,62				