

Школа МКОУ Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева Отд./корп День 21.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	478,28	Картофельная запеканка с рубленными мясными изделиями под соусом сметанным	200	36,73	330	13	14	37
	гор.напиток	407	Сок фруктовый	200	24,00	86	0	0	22
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты	28.январь	Яблоко	60	13,19	26	0	0	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	38,26	Салат из свежих помидор и огурцов с луком и растительным маслом	60	7,40	29	0	2	2
	1 блюдо	124,44	Суп овощной на бульоне	200	8,58	88	2	5	9
	2 блюдо	33,1	Гуляш из говядины	80	24,27	177	12	13	2
	гарнир	330,01	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	9,40	250	17	3	38
	сладкое	66037	Печенье	30	5,40	79	2	2	14
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	349,1	Компот из смеси сухофруктов С- витаминный	200	17,85	77	0	0	19
					154,62				