

Школа

МОУ "Старотеризморгская СОШ"

Отд./корп

День

19.02.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Горошек зеленый отварной	25	13,75	99,140	0,120	10,870	0,190
	гор.блюдо		Рожки отварные с сосиской	150	36,53	161,997	4,258	4,704	25,506
	гор.напиток		Чай с лимоном	200	14,33	97,900			24,180
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,39	70,500	0,600	0,600	20,700
					67,00				
Обед	закуска		Овощи порционно	70	21,26	167,216	1,080	3,069	6,336
	1 блюдо		Щи из свежей капусты со сметаной	200	20,45	206,660	1,784	4,666	9,928
	2 блюдо		Плов из мяса птицы	150	25,14	232,540	6,410	3,650	40,940
	сладкое		Компот ассорти	200	6,50	63,090	0,24	0,056	15,190
	хлеб бел.		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,35	63,300	2,220	0,390	12,960
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	40	2,30	59,850	1,520	0,180	9,240
						78,00			

Школа

МОУ "Старотеризморгская СОШ"

Отд./корп

День

19.02.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо								
	гор.напиток								
Полдник									
Обед	закуска		Овощи порционно	100	17,00	95,350	1,800	5,115	10,560
	1 блюдо		Щи из свежей капусты со сметаной	250	16,67	113,510	2,283	5,872	12,613
	2 блюдо		Плов из мяса птицы	180	22,52	348,320	16,971	25,206	13,697
	гарнир								
	сладкое		Компот ассорти	200	7,55	61,385	0,200	0,051	15,039
	хлеб бел.		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	84,400	2,960	0,520	17,280
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	30	2,30	66,300	2,280	0,270	13,860
						68,44			