

Школа

МОУ "Старотеризморгская СОШ"

Отд./корп

День

29.04.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|---------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | Рожки отварные с сыром | 150 | 14,55 | 277,756 | 11,172 | 8,822 | 38,122 |
| | | | Булочное кондитерское изделие | 75 | 22,88 | 80,25 | 0,025 | | 19,85 |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 200 | 11,35 | 61,385 | 0,2 | 0,051 | 15,039 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,90 | 88,4 | 3,04 | 0,36 | 18,48 |
| | напиток | | Сок в ассортименте | 200 | 15,32 | 102 | 1,1 | 0,2 | 24,4 |
| | | | | 665 | 67,00 | 609,791 | 15,537 | 9,433 | 115,891 |
| Полдник | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Икра овощная | 60 | 13,00 | 101,6 | 1,02 | 5,4 | 5,4 |
| | 1 блюдо | | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200 | 16,72 | 122,55 | 1,704 | 4,636 | 10,586 |
| | 2 блюдо | | Гуляш из птицы | 90 | 10,20 | 177,2 | 11,744 | 10,702 | 3,654 |
| | гарнир | | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 30,58 | 54,436 | 0,032 | 2,9 | 0,052 |
| | напиток | | Компот из сухофруктов | 200 | 3,28 | 115,25 | 0,78 | 0,06 | 25,11 |
| | хлеб бел. | | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,06 | 63,3 | 2,22 | 0,39 | 12,96 |
| | хлеб черн. | | Хлеб пшеничный | 20 | 2,16 | 44,2 | 1,52 | 0,18 | 9,24 |
| | | | Кислота аскорбиновая | 0 | | | | | |
| | | | 750 | 78,00 | 678,536 | 19,02 | 24,268 | 67,002 | |

Школа

МОУ "Старотеризморгская СОШ"

Отд./корп

День

29.04.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|-------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Икра овощная | 100 | 12,08 | 95,350 | 1,800 | 5,115 | 10,560 |
| | 1 блюдо | | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 15,63 | 113,510 | 2,283 | 5,872 | 12,613 |
| | гарнир | | Каша рисовая рассыпчатая | 180 | 8,90 | 348,320 | 16,971 | 25,206 | 13,697 |
| | 2 блюдо | | Гуляш из птицы | 100 | 26,35 | 157,200 | 11,740 | 10,702 | 3,650 |
| | напиток | | Компот из сухофруктов | 200 | 3,08 | 61,385 | 0,200 | 0,051 | 15,039 |
| | хлеб бел. | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,20 | 84,400 | 2,960 | 0,520 | 17,280 |
| | хлеб черн. | | Хлеб пшеничный | 30 | 1,20 | 66,300 | 2,280 | 0,270 | 13,860 |
| | | | | | | 68,44 | | | |