

Школа

МБОУ "Ужурская СОШ №1 имени ГСС А.К. Харченко"

Отд./корп

День

13.04.2022г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	28	Каша жидкая молочная рисовая	200	15,78	258	6	11	34
	гор.напиток	29	Чай с сахаром	215	1,04	57	0	0	15
	хлеб	30	Батон с маслом	39	5,79	152	0	15	57
		31	Яйцо отварное	40	7,68	63	5	5	0
		ГП	Яблоко	150	15,91	47	0	0	10
Завтрак 2	фрукты	ГП	Кондитерские изделия (вафли или пряники, или печенье)	25	3,75	104	2	2	19
		9	Кисломолочный продукт	200	50,00	106	6	5	8
		ГП	Яблоко	150	15,91	47	0	0	10
Обед	закуска	32	Кукуруза консервированная отварная	60	11,75	35	1	0	7
	1 блюдо	33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	19,50	153	6	6	57
	2 блюдо	35	Котлеты или биточки рыбные	100	25,51	164	14	7	57
	гарнир	36	Соус сметанный с луком	50	3,66	54	1	4	5
	сладкое	18	Компот из сухофруктов	200	3,70	106	1	5	15
	хлеб бел.	ГП	Хлеб пшеничный	50	2,70	104	4	1	20
	хлеб черн.	ГП	Хлеб ржаной	48	2,69	96	2	0	26
		37	Рагу овощное	180	15,00	119	3	5	15