

Директор МБОУ "Целинная ООШ"

О.Н.Вязова

17.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-16к	Каша "Дружба"	150	14,55	127	4	4	18
	гор.напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	13,86	86	4	3	11
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4,00	78	3	1	16
		53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	9,00	66	0	7	0
			Итого	400	41,41	357	10	15	45
Завтрак 2		Пром	Йогурт 2.5%	200	90,00	116	7	5	11
			Итого	200	90	116	7	5	11
Обед	закуска	54-11з	Салат из моркови и яблок	60	6,97	74	1	6	4
	1 блюдо	54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	18,38	135	6	7	13
	2 блюдо	54-4м	Котлета из говядины	80	64,96	236	15	14	13
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150	22,16	139	3	5	20
		54-3соус	Соус красный основной	10	2,45	7	0	0	1
	сладкое	54-4хн	Компот из изюма	200	7,24	76	0	0	18
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	45	3,37	106	3	0	22
			Итого	745	125,53	773	28	33	91
Полдник		27.01.2024	Напиток витаминизированный "Витошка"	200	12,26	78	0	0	19
		Пром.	сдоба обыкновенная	60	25,00	180	5	3	33
			Итого	260	37,26	257	5	3	52