

Директор МБОУ "Целинная ООШ"

О.Н.Вязова

22.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	50,55	226	13	18	3
	гор.напиток	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	3,29	28	0	0	7
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4,00	78	3	1	16
		54-21з	Кукуруза сахарная	30	11,00	16	1	0	3
			Итого	420	68,84	347	16	19	29
Завтрак 2		Пром.	Снежок 2.5%	150	41,05	115	4	4	16
			Итого	150	41,05	115	4	4	16
Обед	закуска	54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	6,65	86	2	6	6
	1 блюдо	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	8,91	92	5	6	6
	2 блюдо	54-12м	Плов с курицей	200	70,35	315	27	8	33
	сладкое	Пром	Сок	200	12,00	87	1	0	20
	хлеб черн.	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4,00	78	3	1	16
			Итого	700	101,91	657	37	21	81
Полдник		54-45гн	Чай с сахаром	200	1,49	21	0	0	5
		Пром.	Зефир	80	24,00	259	1	0	64
			Итого	280	25,49	280	1	0	69