

Школа

ГБОУ СОШ №2 г.о.КИНЕЛЬ п.г.т.УСТЬ-КИНЕЛЬСКИЙ

День

18.09.2023г

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюд	304	Плов из гречки с куриным филе	240	52,60	429,78	17,14	19,32	40,10
	гарнир								
	гор.напиток	56	Чай с сахаром и лимоном	200	4,50	59,20	0,94		19,40
	хлеб	пр	Хлеб в/с	50	3,00	70,00	0,20	0,20	18,00
	закуска	118	Салат из свежих огурцов	60	7,70	19,14	0,55	1,20	2,16
	сладкое								
	доп.витаминазац	пр.	Сок фруктовый порционно тетропак	200	18,01				
			Итого:	750	85,81	591,63	19,08	19,68	83,50
обед	закуска								
	1 блюдо	201	Суп крестьянский с пшеном и кур.мяс.	210	24,50	146,28	5,99	5,54	13,53
	2 блюдо	243	Сосиска отварная с соусом подливой	90	45,94	247,15	7,69	18,01	1,80
	гарнир	688	Макароны отварные с маслом сливоч.	190	16,00	224,60	5,00	4,03	42,37
	сладкое								
	хлеб белый	пр.	Хлеб пшеничный	60	3,60	105,00	2,60		21,00
	хлеб черный	пр.	Хлеб ржаной	40	2,40	46,00	1,25		13,30
	гор.напиток	19	Чай с сахаром	200	2,50	40,00	0,53		9,47
	доп.витаминазац.	пр.	Сок фруктовый порционно тетропак	200	18,01				
				Итого:	820	112,95	809,03	23,06	27,58