

Школа ГБУ СОШ №2г.о.КИНЕЛЬ п.г.т.УСТЬ-КИЕЛЬСКИЙ

День 08.05.2024г

| Приём пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 45/2   | Котлета из курин. филе/рис с овощами | 280      | 60,00 | 436,00       | 16,70  | 17,40 | 46,09    |
|            | гарнир      |        |                                      |          |       |              |        |       |          |
|            | гор.напиток | 377    | Чай с сахаром                        | 200      | 3,00  | 40,00        | 0,53   |       | 9,47     |
|            | хлеб        | пр     | Хлеб пшеничный                       | 50       | 3,00  | 87,80        | 2,20   | 0,20  | 17,50    |
|            | закуска     | 10     | Огурец свежий порционно              | 60       | 8,58  | 6,00         | 0,32   |       | 1,34     |
|            | сладкое     |        |                                      |          |       |              |        |       |          |
|            |             |        | Итого:                               | 590      | 74,58 | 569,80       | 19,75  | 17,60 | 74,40    |
| Обед       | 1 блюдо     | 7      | Рассольник с куриным мясом           | 210      | 30,00 | 132,20       | 2,80   | 3,90  | 17,20    |
|            | 2 блюдо     | 13     | Гуляш из говядины                    | 100      | 45,93 | 182,25       | 12,58  | 12,99 | 4,01     |
|            | гарнир      | 413    | Макароны отварные с маслом сливоч.   | 190      | 19,50 | 258,60       | 6,66   | 9,03  | 42,38    |
|            | сладкое     |        |                                      |          |       |              |        |       |          |
|            | хлеб белый  | пр     | Хлеб пшеничный                       | 60       | 3,60  | 105,00       | 2,60   | 0,24  | 21,00    |
|            | хлеб черный | пр     | Хлеб ржаной                          | 40       | 2,40  | 46,00        | 1,25   |       | 13,30    |
|            | гор.напиток | 377    | Чай с сахаром                        | 200      | 3,00  | 40,00        | 0,53   |       | 9,47     |
|            |             |        |                                      | Итого:   | 800   | 104,43       | 764,05 | 26,42 | 26,16    |