



Школа МБОУ "Ермошкинская СОШ" Отд./корп 1-4 кл. День 19.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	13,13	79	1,46	4,75	6,22
			Биточки рубленые с соусом	80	13,57	146	7,95	10,08	8,00
			Хлеб пшеничный	25	1,35	126	2,82	0,60	0,60
			Хлеб ржаной	30	1,30	126	2,82	0,60	0,60
			Каша пшеничная вязкая	150	4,71	211	5,32	4,89	35,52
			Компот из кураги	200	9,00	123	1,04	0,00	30,96
			Огурцы свежие порциями	60	10,54	8	0,48	0,06	1,56
			Конфеты	20	6,80	168	0,40	4,00	32,40
					60,40	987	22,29	24,98	115,86

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			салат из свежих огурцов	30	5,44	63	0,47	6,04	1,81
			Биточки рубленые с соусом	80	13,57	175	9,54	12,96	9,60
			Каша пшеничная вязкая	180	5,24	253	10,51	7,94	51,70
			Компот из кураги	200	9,00	109	0,16	0,16	27,87
			Хлеб ржаной	30	1,30	126	2,82	0,60	0,60
						34,55	726,00	23,50	27,70
Обед			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	13,13	107	1,80	6,20	9,00
			Компот из кураги	200	9,00	109	0,16	0,16	27,87
			Хлеб пшеничный	25	1,35	132	3,90	1,05	26,50
						23,48	348	5,86	7,41