

Школа

МБОУ "Шимкусская СОШ" Неделя первая день 1

Отд./корп

7-11 лет

День

5/16/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	24**	Салат из свежих огурцов и помидорами	60	6.25	42.42	0.58	3.65	4.46
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200/5	15.61	89.00	1.47	4.67	7.31
	2 блюдо	462*	Тефтели рубленые с соусом	90(60/30)	22.83	197.00	8.56	14.11	9.07
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	150	7.14	271.00	8.76	6.62	43.08
	сладкое	686	Чай с лимоном	200	3.51	59.00	0.26	0.06	15.22
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	1.06	46.76	1.58	0.20	9.66
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	1.60	91.96	2.24	0.44	19.76
						58.00			