



Школа

МАОУ "Кюстюмерская СОШ"

Отд./корп

День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белк и	Жиры	Уг
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная рисовая	200	10,53	294,00	6	10,90	
	гор.напиток	686	Чай с сахаром	200	1,31	59,00	0,26	0,06	
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	2,16	119,00	3,8	0,4	
		337	Яйцо отварное	40	9,00	5,10	4,60	0,9	
Завтрак 2	фрукты								
Обед 1-4 классы	закуска	45	салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	6,59	52	0,96	3,04	
	1 блюдо	132	рассольник со сметаной	200	21,02	108	2,40	3,60	
	2 блюдо	371	рыба припущенная соусом	100(60/40)	26,46	139	13,81	5,76	
	гарнир	520	пюре картофельное	150	10,41	155	3,22	5,56	
	фрукты		яблоко	100	10,50	22	0,20	0,20	
	хлеб черн.		хлеб ржаной	60	2,93	126	2,82	0,60	
	гор.напиток	685	компот	200	3,5	109	0,44	0	
				60	6,59	52	0,96	3,04	
Обед 5-11 классы	закуска	45	салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	6,59	52	0,96	3,04	
	1 блюдо								
	2 блюдо	371	рыба припущенная соусом	100(50/40)	26,46	139	13,81	5,76	
	гарнир	520	пюре картофельное	200	10,76	155	3,22	5,56	
	фрукты		яблоко	100	10,50	22	0,20	0,20	
	хлеб черн.		хлеб ржаной	60	2,93	126	2,82	0,60	
	гор.напиток	685	компот	200	3,5	109	0,44	0	