



Школа МБОУ "Ермошкинская СОШ" Отд./корп 1-4 кл. День 02.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	8,63	79	1,46	4,75	6,22
			котлеты рыбные	80	27,50	139	13,81	5,76	2,73
			Хлеб пшеничный	25	1,35	96	3,04	0,34	19,44
			Хлеб ржаной	30	1,30	126	2,82	0,60	0,60
			Пюре картофельное	150	9,07	155	3,22	5,56	22,00
Обед			Компот из кураги	200	8,80	136	0,57	0,00	34,41
			Салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	8,44	52	0,96	3,04	5,00
					65,09	783	25,88	20,05	90,40

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	8,44	20	0,80	0,20	5,21
			котлеты рыбные	80	27,50	139	13,81	5,76	2,73
			Пюре картофельное	180	9,07	155	3,22	5,56	22,00
			Компот из кураги	200	8,80	136	0,57	0,00	34,41
			Хлеб пшеничный	30	1,35	96	3,04	0,34	19,44
					55,16	546,00	21,44	11,86	83,79
Обед			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	13,28	79	1,46	4,75	6,22
			Компот из кураги	200	8,80	136	0,57	0,00	34,41
			Хлеб ржаной	30	1,30	126	2,82	0,60	0,60
					23,38	341	4,85	5,35	41,23