



Школа **МБОУ "Ермошкинская СОШ"** Отд./корп **1-4 кл.** День **12.01.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,63	79	1,46	4,75	6,22
			Рыба припущенная с соусом	80	23,94	139	13,81	5,76	2,73
			Хлеб пшеничный	25	1,55	96	3,04	0,34	19,44
			Хлеб ржаной	30	1,50	126	2,82	0,60	0,60
			Пюре картофельное	150	9,07	155	3,22	5,56	22,00
			Компот из изюма	200	5,00	136	0,57	0,00	34,41
			Салат из квашеной капусты	60	7,20	100	1,40	5,00	12,40
			конфеты	20	7,20	45	2,87	4,78	0,00
						64,09	876	29,19	26,79

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак			Салат из квашеной капусты	60	7,20	20	0,80	0,20	5,21	
			рыба припущенная с соусом	80	18,86	139	13,81	5,76	2,73	
			Пюре картофельное	180	9,07	155	3,22	5,56	22,00	
			компот из изюма	200	5,00	136	0,57	0,00	34,41	
			Хлеб пшеничный	25	1,35	96	3,04	0,34	19,44	
						41,48	546,00	21,44	11,86	83,79
Обед			Рассольник Ленинградский со сметаной	250	13,28	79	1,46	4,75	6,22	
			Компот из изюма	200	5,00	136	0,57	0,00	34,41	
			Хлеб ржаной	30	1,30	126	2,82	0,60	0,60	
					19,58	341	4,85	5,35	41,23	