

Меню на 08 июня 2023г



Школа ООШ "Туруновская"

День 6

Приём пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда (в г)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хол.закуска горячее блюдо горячие напитки Хлеб белый	№ 302 -2004 № 692- 2004	Яйцо отварное	1 штук	8	582	16,1	16,6	67,5
			Каша молочная пшённная с маслом	150\10	12,47	292	5,1	4,6	0,3
			кофейный напиток	200	5,54	152	2,5	3,6	21,5
			Хлеб пшеничный	30	1,76	75	2,8	0,4	17
Обед	фрукт свежий 1 блюдо 2 блюдо гарнир напитки хлеб чёрный	№ 110-2004 № 493 -2004 №511-2004 №699-2004	Яблоко свежее	100	9,00	764	26	23	92,8
			Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250\5	9,82	106	2	5,2	13,1
			Куриное филе тушёное с соусом	100	27,44	171	15,3	12	0,2
			рис отварной	150	9,01	228	3,6	5	26,7
			Напиток лимонный	200	6,1	93	0,1	0	24,2
			Хлеб ржаной	60	2,76	126	4,6	0,8	20
Полдник	выпечка напитки	№ 647-2004 №686-2004	Блины пшеничные с повидлом	100\20	14,59	395	8,9	10,3	37,4
			Чай с лимоном	200\7	3,23	60	0,3	0	15,2
			на 1 ребёнка		109,72	1741	51	49,9	197,7