



## Меню на 15 июня 2023г

Школа ООШ "Туруновская" 10 День

Приём пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда (в г)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№ 678 -2004	Шарлотка с яблоками	100	12,79	194	4,2	4,8	34,1
		№ 302 -2004	Каша молочная рисовая с маслом	150\10	11,04	257	7,8	13,1	15,7
		№ 685- 2004	Чай с сахаром	200	1,75	58	0,2	0	15
			Хлеб пшеничный	40	2,35	96	3,04	0,34	19,44
<b>Итого завтрак:</b>									
Обед		№ 78 -2004	Икра свекольная	80	6,30	106	1,92	6,1	10,4
		№ 132-2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250\5	9,77	135	4,2	4,5	20,1
		№ 462 -2004	Тефтели из говядины с соусом	90(60/30)	23,23	182	11,04	11,3	9
		№ 516-2004	Макароны отварные	150	6,23	221	5,25	6,15	25,2
		№ 631-2004	Компот из свежих яблок	200	5,65	142	0,2	0	35,8
			Хлеб ржаной	60	2,76	126	4,6	0,8	20
<b>Итого обед:</b>									
Полдник		№ 793-2004	Кекс	60	15,33	264	6,5	7,4	22
		№ 692-2004	Кофейный напиток с молоком	200	5,54	152	3,5	3,6	28,7
	<b>Итого полдник:</b>								
					<b>102,74</b>	<b>1933</b>	<b>52,45</b>	<b>58,09</b>	<b>255,44</b>
				на 1 ребёнка					