



## Меню на 19 июня 2023г

Школа "Туруновская"

День

2

| Приём пищи | Раздел          | № рецеп.    | Наименование блюда                  | Выход блюда (в г) | Цена   | Калорийность | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|------------|-----------------|-------------|-------------------------------------|-------------------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак    | горячее блюдо   | № 302 -2004 | Каша молочная овсяная с маслом      | 200\10            | 16,33  | 307          | 5,6          | 18,7         | 20,4         |
|            | горячие напитки | № 640- 2004 | Кисель из свежих ягод               | 200               | 8,56   | 118          | 0            | 0            | 30,6         |
|            | Хлеб белый      |             | Хлеб пшеничный                      | 30                | 1,76   | 75           | 2,8          | 0,4          | 17           |
|            |                 |             |                                     |                   |        | <b>657,8</b> | <b>32,46</b> | <b>16,32</b> | <b>91,28</b> |
| Обед       | хол.закуска     |             | Помидор свежий порциями             | 60                | 12,20  | 13,8         | 0,66         | 0,12         | 2,28         |
|            | 1 блюдо         | № 138-2004  | Суп картофельный с крупой с курицей | 250\10            | 10,73  | 149          | 7,1          | 4,6          | 21,1         |
|            | 2 блюдо         | № 436 -2004 | Жаркое по-домашнему из говядины     | 200               | 47,23  | 275          | 19,6         | 10,8         | 23,8         |
|            | напитки         | № 79*       | Чай с соком                         | 200               | 5      | 94           | 0,5          | 0            | 24,1         |
|            | хлеб чёрный     |             | Хлеб ржаной                         | 60                | 2,76   | 126          | 4,6          | 0,8          | 20           |
|            |                 |             |                                     |                   |        |              |              |              |              |
| Полдник    | выпечка         | № 738-2004  | Пирожок печёный с мясом и луком     | 60                | 24,9   | 219          | 4,1          | 2,5          | 10,3         |
|            | напитки         | № 639-2004  | Компот из сухофруктов               | 200               | 5,6    | 124          | 0,6          | 0            | 15,8         |
|            |                 |             |                                     |                   |        |              |              |              |              |
|            |                 |             | на 1 ребёнка                        |                   | 135,07 | 1500,8       | 45,56        | 37,92        | 185,38       |