



Меню на 21 июня 2023г

Школа "Туруновская" _____

День

4

Приём пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда (в г)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	№ 333 - 2004	Макароны отварные с сыром	150\10\15	18,15	536	15,2	13,1	70,5
	горячие напитки	№ 685- 2004	Чай с сахаром	200	1,75	58	0,2	0	15
	фрукт свежий		Банан свежий	100	18,00	40	0,4	0	8,6
	Хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	1,76	75	2,8	0,4	17
Обед	хол.закуска	№612-2004	Маринад овощной	80	7,26	891,4	23,44	33,7	92,24
	1 блюдо	№ 155-2004	Суп картофельный с клёцками	250	7,84	134	3,1	6,9	14,9
	2 блюдо	№ 462 -2004	Тефтели из говядины с соусом	90(60/30)	47,23	182	11,04	11,3	9,8
	гарнир	№520-2004	Картофельное пюре	150	8,8	197	3,1	6,7	16,1
	напитки	№ 631-2004	Компот из свежих яблок	200	6,01	142	0,2	0	25,8
	хлеб чёрный		Хлеб ржаной	60	2,76	126	4,6	0,8	20
Полдник	выпечка	№ 738-2004	Пирожок печёный с яблоками	60	12,37	298	5,5	2,8	40,1
	напитки	№ 638-2004	Компот из кураги	200	8,6	126	1,2	0	21,6
			на 1 ребёнка		140,53	1725,4	44,14	49,6	202,84