



Меню на 29 июня 2023г

Школа "Туруновская"

День _____

10

Приём пищи	Раздел	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход блюда (в г)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						605	15,24	18,24	84,24
		№ 678 -2004	Шарлотка с яблоками	100	12,79	194	4,2	4,8	34,1
	горячее блюдо	"№ 302 -2004	Каша молочная рисовая с маслом	150\10	11,04	257	7,8	13,1	15,7
	горячие напитки	№ 685- 2004	Чай с сахаром	200	1,75	58	0,2	0	15
Обед	Хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	2,35	96	3,04	0,34	19,44
	хол.закуска					817,2	25,37	22,75	112,18
	1 блюдо	№ 132-2004	Огурец свежий	13,06	6,30	11,2	0,08	0	2,08
	2 блюдо	№ 462 -2004	Рассольник Ленинградский со сметаной	250\5	9,77	135	4,2	4,5	20,1
	напитки	№ 516-2004	Тефтели из говядины с соусом	90(60/30)	23,23	182	11,04	11,3	9
	хлеб чёрный	№ 631-2004	Макароны отварные	150	6,23	221	5,25	6,15	25,2
				Компот из свежих яблок	200	5,65	142	0,2	0
			Хлеб ржаной	60	2,76	126	4,6	0,8	20
Полдник									
	выпечка	№ 793-2004	Кекс	60	15,33	416	10	11	50,7
	напитки	№ 692-2004	Кофейный напиток с молоком	200	5,54	152	3,5	3,6	28,7
			на 1 ребёнка		102,74	1838,2	50,61	51,99	247,12