



Меню на 27 февраля 2023 г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп День 6
с 7 лет - до 12 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная рисовая с маслом	200\10	16,34	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	5,34	152	2,5	3,6	28,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,92	72	1,52	0,17	9,72
	закуска	3	Бутерброд с сыром	60	15,32	132	2,1	5,6	17
					38,92	564,00	10,59	16,24	87,30
Обед	закуска		Помидор свежий порциями	60	12,20	12	0,54	4,3	1,9
	1 блюдо	139	Суп картофельный с горохом с мясом куриным	200\10	9,55	118	4,71	3,73	15,96
	2 блюдо	451	Биточки рубленные с соусом	90 (50/40)	24,06	165	9,08	9,46	10,66
	гарнир	316	Макароны отварные	150	6,05	211	5,32	4,89	35,52
	сладкое	631	Компот из кураги	200	9,02	123	1,04	0	30,96
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,05	126	2,82	0,60	0,60
	Хлеб белый				63,93	755	23,51	22,98	95,60
					102,85	1319,00	34,10	39,22	182,90

с 12 лет и старше

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша молочная рисовая с маслом	200\10	16,34	208	4,47	6,87	31,88
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	5,34	152	2,5	3,6	28,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,56	96	3,04	0,34	19,44
	закуска	3	Бутерброд с сыром	60	15,32	132	2,1	5,6	17
					39,56	588,00	12,11	16,41	97,02
Обед	закуска		Помидор свежий порциями	60	12,20	60	0,54	4,3	1,9
	1 блюдо	139	Суп картофельный с горохом с мясом куриным	250\10	10,72	147	5,88	4,66	19,95
	2 блюдо	451	Биточки рубленные с соусом	90(50/40)	24,06	165	9,08	9,46	10,66
	гарнир	316	Макароны отварные	200	8,85	281	7,09	6,52	47,36
	сладкое	631	Компот из кураги	200	9,02	123	1,04	0	30,96
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,05	126	2,82	0,60	0,60
	Хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	2,56	96	3,04	0,34	19,44
				70,46	998	29,49	25,88	130,87	
					110,02	1586,00	41,60	42,29	227,89

Повар _____ Павлова Г.Г.