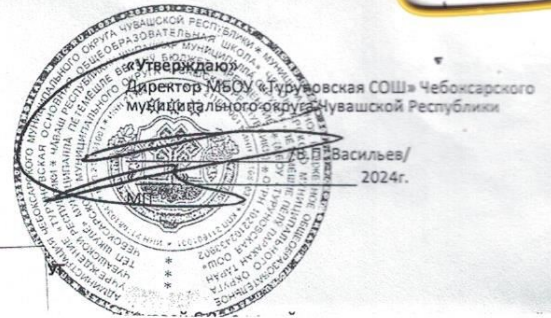


Меню на 14 ноября 2023г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп. _____ День 1
 с 07 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 (220/5)	225	12,70	229,59	5,29	7,57	34,62
	гор.напиток	378**	Чай молоком	200	5,30	146,30	3,12	2,51	24,69
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	138,60	4,81	0,60	29,80
	хол.закуска	96*	Масло сливочное	10	8,00	66,1	0,08	7,25	0,13
				495	30,00	580,60	13,30	17,93	89,24
Обед	закуска	ТТК	Салат из свежей капусты	60	8,50	9,0	0,48	0,06	1,68
	1 блюдо	149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	16,00	90,0	4,28	5,71	10,71
	2 блюдо	498	Котлеты рубленые из филе курицы с соусом (60/40)	100	32,00	125,50	7,05	4,23	8,05
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,00	140,50	5,33	4,35	19,95
	сладкое	639*	Компот из сухофруктов	200	5,00	266,00	6,52	10,85	63,77
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	60	3,50	73,50	2,34	0,27	16,80
				770	75,00	704,50	26,00	25,47	120,96
			1265	105,00	1285,10	39,30	43,40	210,20	



Меню на 11 ноября 2023г

Школа Отд./корп День
 с 12 лет - до 17 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная рисовая с маслом (250/5)	255	17,70	260,20	5,99	8,57	39,24
	гор.напиток	378**	Чай молоком	200	5,30	146,30	3,12	2,51	24,69
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	138,60	4,80	0,60	29,80
	хол.закуски	96*	Масло сливочнон	10	8,00	66,10	0	7	0
				525	35,00	611,20	13,99	18,93	93,86
Обед	закуска	ТТК	Салат из свежей капусты	100	10,50	15,00	0,80	0,10	2,80
	1 блюдо	149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	18,00	112,55	5,35	7,13	13,38
	2 блюдо	498	Котлеты рубленные из филе курицы с соусом (60/40)	100	32,00	84	7,05	4,20	8,05
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,00	168,6	6,40	5,22	23,94
	сладкое	639*	Компот из сухофруктов	200	5,00	266	6,50	10,85	63,77
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	60	3,50	73,5	2,34	0,27	16,80
				890	82,00	719,71	28,44	27,77	128,74
				1415	117,00	1330,91	42,43	46,70	222,60