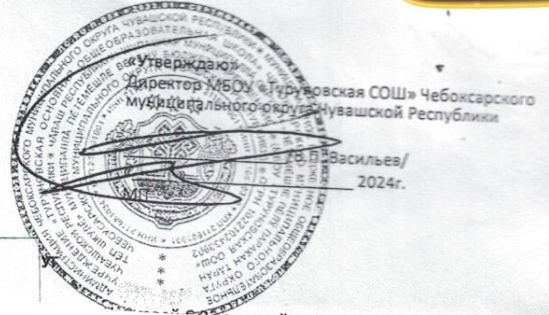


Меню на 14 ноября 2024г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп. _____ День _____ 4
 с 07 лет - до 12 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная пшённная с маслом сливочным	230	14,00	261,7	5,59	8,58	38,23
	гор.напиток	686*	Чай с лимоном	200	4,00	108,97	0,16	0,16	27,87
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	138,60	4,80	0,60	29,80
	хол.закуска	96*	Масло сливочное	10	8,00	66	0,08	7,25	0,13
				500	30,00	575,41	10,63	16,59	96,03
Обед	закуска	ТТК	Салат из капусты с огурцом	60	8,00	24,90	0,84	1,38	2,34
	1 блюдо	139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200	16,00	148,29	7,13	4,74	19,50
	2 блюдо	371*	Филе минтая тушёное с луком (60/40)	100	32,50	85,76	4,18	1,78	3,29
	гарнир	520*	Картофельное пюре	180	9,00	262,40	7,20	9,64	43,73
	сладкое	631*	Компот из яблок	200	6,00	56,85	0,10	0,03	14,99
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	60	3,50	126,00	2,82	0,60	0,60
				800	75,00	704,20	22,27	18,17	84,45
				1300	105,00	1279,61	32,90	34,76	180,48



Меню на 14 ноября 2024г

Школа "Туруновская ООШ" с 12 лет и старше Отд./корп. _____ День _____ 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	255	19,00	290,2	6,19	9,32	42,38
	гор.напиток	686*	Чай с лимоном	200	4,00	108,97	0,16	0,16	27,87
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	138,60	0,60	0,60	29,80
	хол.закуска	96*	Масло сливочное	10	8,00	66	0,1	7,3	0,13
				525	35,00	603,86	7,03	17,33	100,18
Обед	закуска	ТТК	Салат из капусты с огурцом	100	10,00	41,50	1,40	2,30	3,90
	1 блюдо	139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	18,00	185,36	8,91	5,92	24,30
	2 блюдо	371*	Филе минтая тушёное с луком (60/40)	100	32,50	65,76	9,29	1,78	3,29
	гарнир	520*	Картофельное пюре	200	12,00	291,50	8,00	10,70	48,58
	сладкое	631*	Компот из яблок	200	6,00	56,85	0,10	0,03	14,99
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	60	3,50	126,00	2,82	0,60	0,60
				910	82,00	766,97	30,52	21,33	95,66
				1435	117,00	1370,83	37,55	38,66	195,84