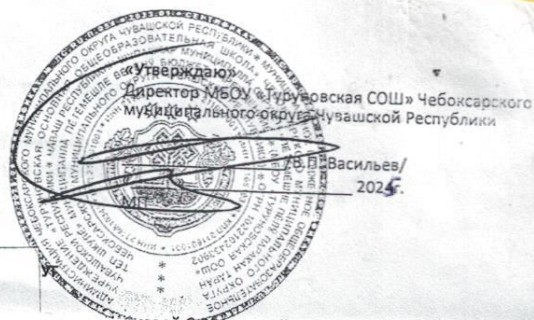
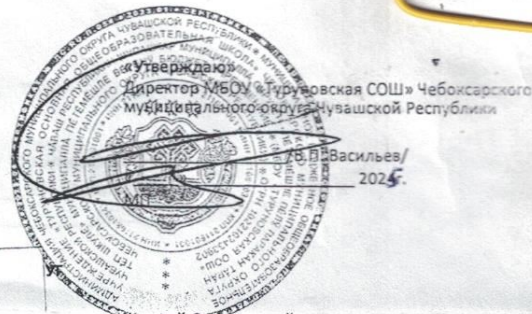




Меню на 21 марта 2025г

Школа «Туруновская ООШ» Отд./корп День 5
с 07 лет - до 11 лет

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная овсяная с маслом (220/5)	225	18,00	285,30	11,78	12,81	43,39
	гор.напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,00	77	0,20	0,00	19,80
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	5,00	139	4,80	0,60	29,80
	хол.закуска	97*	Сыр порциями	15	15,00	54,30	3,45	4,35	0,00
				500	40,00	555,20	20,23	17,76	92,99
Обед	закуска	50*	Салат из свёклы с сыром	60	13,00	63,91	1,81	4,65	5,72
			Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной (200/5)	205	19,00	154,01	2,50	6,04	20,91
	1 блюдо	142*	Филе куриное с овощами в сметанном соусе (60/40)	100	42,00	192,16	11,52	4,08	2,16
	2 блюдо	292**	Каша гречневая вязкая	150	7,00	117,06	4,44	3,65	16,62
	гарнир	302*	Чай с шиповником	200	4,00	18,00	0,40	0,20	2,80
	сладкое	686*	Хлеб ржаной	50	5,00	105,00	3,40	0,60	21,00
	хлеб черн.	ПР		765	90,00	650,14	24,07	19,22	69,21
				1265	130,00	1205,34	44,30	36,98	162,20



Меню на 21 марта 2025г

Школа Отд./корп День
с 12 лет и старше

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная овсяная с маслом (250/5)	255	28,00	323	13,35	14,51	49,10
	гор.напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,00	77	0,20	0,00	19,80
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	5,00	139	4,80	0,60	29,80
	хол.закуски	97*	Сыр порциями	15	15,00	54,30	3,45	4,35	0,00
				530	50,00	593,20	21,80	19,46	98,70
Обед	закуска	50*	Салат из свёклы с сыром	100	18,50	106,52	3,01	7,75	9,53
	1 блюдо	142*	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной (250/5)	255	23,00	191,57	3,10	7,51	26,01
	2 блюдо	292**	Филе куриное с овощами в сметанном соусе (60/40)	100	42,00	192,16	11,52	4,08	2,16
	гарнир	302*	Каша гречневая вязкая	180	7,50	140,48	5,33	4,35	19,95
	сладкое	686*	Чай с шиповником	200	4,00	18,00	0,40	0,20	2,80
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	50	5,00	105,00	3,40	0,60	21,00
				885	100,00	753,73	26,76	24,49	81,45
				1415	150,00	1346,93	48,56	43,95	180,15