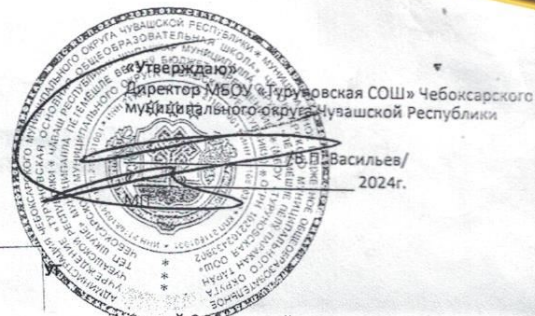




Меню на 29 января 2025г

Школа

"Туруновская ООШ"

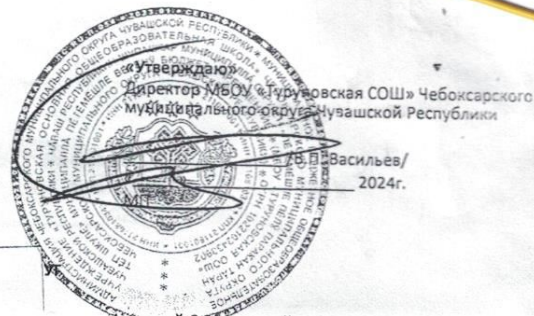
Отд./корп

День

8

с 07 лет - до 11 лет

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным (215/10/5)	230	21,00	233,83	9,70	9,22	27,69
	гор.напиток	685*	Чай с яблочным соком	200	6,00	23,00	0,20	0,00	5,00
	хлеб	Пр	Хлеб пшеничный	60	5,00	138,60	4,80	0,60	29,80
	хол.закуска	96*	Масло сливочное	10	8,00	66,10	0,1	7,3	0
				500	40,00	461,53	14,78	17,07	62,62
Обед	закуска	62*	Салат из моркови с сахаром	60	8,50	34,30	0,72	0,42	6,66
	1 блюдо	149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	19,50	148,20	4,28	5,71	10,71
	2 блюдо	388*	Котлета куриная 100(60/40)	100	35,00	126	7,05	4,20	8,05
	гарнир	508*	Рис отварной рассыпчатый	150	15,00	195,90	4,20	0,60	43,35
	сладкое	639*	Компот из сухофруктов	200	7,00	108,96	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	50	5,00	105,00	3,40	0,60	21,00
				760	90,00	717,86	19,81	11,69	117,64
				1260	130,00	1179,39	34,59	28,76	180,26



Меню на 29 января 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	333*	Макароны отварные с сыром с маслом сливочным (230/15/5)	250	31,00	254	10,54	10,02	30,09
	гор.напиток	685*	Чай с яблочным соком	200	6,00	23	0,20	0,00	5,00
	хлеб	Пр	Хлеб пшеничный	60	5,00	138,6	4,80	0,60	29,80
	хол.закуски	96*	Масло сливочное	10	8,00	66	0,1	7,25	0
				520	50,00	481,86	15,62	17,87	65,02
Обед	закуска	62**	Салат из моркови с сахаром	100	11,50	57,30	1,20	0,70	11,10
	1 блюдо	149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	24,50	185,25	5,35	7,13	13,38
	2 блюдо	388*	Котлета куриная (60/40)	100	35,00	84,06	7,05	4,20	8,05
	гарнир	508*	Рис отварной рассыпчатый	180	17,00	52,02	5,04	7,52	0,72
	сладкое	639*	Компот из сухофруктов	200	7,00	108,96	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	50	5,00	105,00	3,40	0,60	21,00
				880	100,00	592,59	22,20	20,31	82,12
				1400	150,00	1074,45	37,82	38,18	147,14