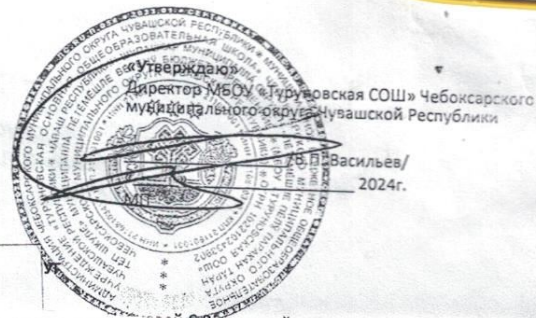




Меню на 31 января 2025г

Школа

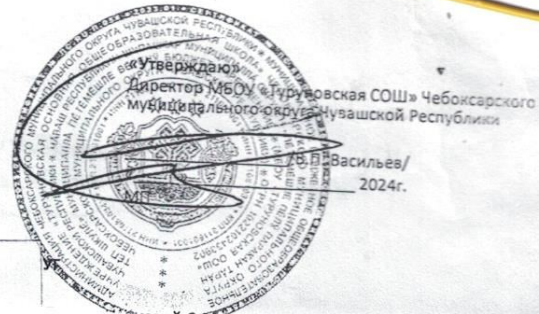
"Туруновская ООШ"

Отд./корп

День

с 07 лет - до 11 лет

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная манная с маслом (150/5)	155	8,00	268,40	11,44	8,32
	гор.напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,00	56,19	0,16	0,03
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	5,00	138,60	4,80	0,60
	хол.закуска	97*	Сыр порциями	10	10,00	36,20	2,87	2,98
	фрукт	ПР	Яблоко свежее	100	15,00	47,00	0,4	0,4
				525	40,00	546,39	19,67	12,33
Обед	закуска	50**	Салат из свёклы с сыром	60	10,00	63,91	1,81	4,65
			Рассольник ленинградский со сметаной на мясном бульоне	205	19,00	154,01	3,50	2,48
	1 блюдо	142*						
	2 блюдо	471*	Фрикадельки из говядины с соусом (60/40)	100	38,00	139,10	16,70	8,37
	гарнир	516*	Макароны отварные	180	10,00	201,60	6,48	0,72
	сладкое	631*	Компот из яблок	200	8,00	56,85	0,10	0,03
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	50	5,00	105,00	3,40	0,60
				795	90	720,47	31,99	16,85
				1320	130	1266,86	51,66	29,18



Меню на 31 января 2025г

Школа с 12 лет и старше Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная манная с маслом (180/5)	185	18,00	304,2	12,96	9,42	63,77
	гор.напиток	685*	Чай с сахаром	200	2,00	56,2	0,16	0,03	15,20
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	60	5,00	138,6	4,80	0,60	29,80
	хол.закуски	97*	Сыр порциями	10	10,00	36,20	2,87	2,98	0,10
	фрукт	ПР	Яблоко свежее	100	15,00	47	0,40	0,40	9,80
				555	50,00	582,17	21,19	13,43	118,67
Обед	закуска	50**	Салат из свёклы с сыром	100	14,00	106,52	3,01	7,75	9,53
	1 блюдо	142*	Рассольник ленинградский со сметаной на мясном бульоне (250/5)	255	23,00	191,57	4,35	3,08	26,01
	2 блюдо	471*	Фрикадельки из говядины с соусом (60/40)	100	38,00	139	16,70	8,37	8,05
	гарнир	516*	Макароны отварные	200	12,00	224,00	7,20	0,80	46,60
	сладкое	631*	Компот из яблок	200	8,00	56,85	0,10	0,03	14,99
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	50	5,00	105,00	3,40	0,60	21,00
				905	100,00	823,04	34,76	20,63	126,18
				1460	150,00	1405,21	55,95	34,06	244,85