

Школа

МБОУ "Нижнелыкарская СОШ"

Отд./корп

День

12.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	439	Печень по строгановски	80	39,96	156	9	11	3	
	гарнир	219	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,79	264	9	5	45	
	гор.напиток	287	Кофейный напиток	200	7,39	89	1	2	17	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2,51	93	3	0	19	
		232	Икра кабачковая	60	4,83	24	1	3	2	
	Итого:					76,08	625,53	22,87	21,36	87,12
Завтрак 2	фрукты		Апельсин	200	7,00	27	1	1	6	
			Вода питьевая	200	3,60					
Обед	закуска	27	Салат из свеклы с сыром	80	10,57	56,4	4,5	2,82	4,98	
	1 блюдо	132	Рассольник	250	18,76	135	3	4,5	20,1	
	2 блюдо	203	Капуста тушеная	200	58,45	163,79	10,68	9,97	5,33	
	гарнир		Сосиски	100	27,37					
	сладкое	274	Кисель	200	3,54	116,19	1,36	0	29,02	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,76	93	3	0	19	
	хлеб черн.	382	Бутерброд с джемом	40	1,25	123,6	1,27	4	20,6	
						123,70	687,78	23,85	21,61	99,47
	Итого:					210,38	1340,31	47,32	44,30	192,99

Директор школы

В.А.Воробьев

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

