| Школа | КОУ РК "МКШИ" | Отд./корп | | Дата | 11.05.2022 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 160 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 28,56 | 148,0 | 5,5 | 5,2 | 19,9 |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 693 | Какао с молоком | 200 | 6,46 | 94,0 | 3,3 | 3,1 | 13,6 |
| | хлеб | 878 | Хлеб пшеничный | 60 | 2,34 | 51,2 | 2,3 | 0,3 | 14,9 |
| | хлеб | 879 | Хлеб ржаной | 50 | 2,25 | 66,0 | 1,4 | 0,2 | 14,9 |
| | | 41 | Масло сливочное порционно | 20 | 18,80 | 150,0 | 0,0 | 16,4 | 0,2 |
| | | | Колбаса вар.Тавр порционно | 25 | 9,60 | 54,6 | 3,8 | 4,4 | 0,0 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| | | | Кондитерские изделия (пряник) | 40 | 6,40 | 336,0 | 4,8 | 2,8 | 77,7 |
| | | 645 | Ряженка | 200 | 27,20 | 151,0 | 5,7 | 6,3 | 17,6 |
| Обед | закуска | 42 | Салат из картофеля с огурцами солеными и зеленым горошком | 100 | 12,81 | 130,5 | 5,6 | 4,1 | 19,0 |
| | 1 блюдо | 110 | Борщ на м/б со сметаной | 250 | 28,38 | 97,0 | 1,7 | 5,0 | 11,6 |
| | 2 блюдо | | Рыба, запеченная с овощами | 100 | 20,28 | 82,8 | 7,9 | 4,1 | 3,7 |
| | гарнир | 311 | Каша пшеничная с маслом | 180 | 11,80 | 296,0 | 9,1 | 10,1 | 44,3 |
| | напиток | 648 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 4,10 | 76,0 | 0,0 | 0,0 | 20,00 |
| | хлеб бел. | 878 | хлеб пшеничный | 60 | 2,34 | 51,2 | 2,3 | 0,3 | 14,9 |
| | хлеб черн. | 879 | хлеб ржаной | 50 | 2,25 | 66,0 | 1,4 | 0,2 | 14,9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | 469 | Сарделька отварная | 100 | 26,00 | 247,2 | 8,69 | 22,84 | 1,80 |
| | закуска | | Салат из редиса со сметаной | 100 | 15,18 | 103,5 | 2,7 | 9,0 | 3,0 |
| | гарнир | 693 | Макароны отварные с маслом | 180 | 11,50 | 230,00 | 6,60 | 4,70 | 39,40 |
| | хлеб | 878 | хлеб пшеничный | 70 | 2,73 | 51,2 | 2,3 | 0,3 | 14,9 |
| | | 879 | хлеб ржаной | 50 | 2,25 | 66,0 | 1,4 | 0,2 | 14,9 |
| | напиток | 685 | Чай сладкий с Лимоном | 200 | 3,86 | 57,33 | 4,51 | 1,14 | 7,71 |
| | | 469 | Запеканка творожная с изюмом | 100 | 20,58 | 280 | 27,8 | 18,0 | 32,40 |
| | | | Молоко пакетированное 0,2л | 200 | 38,00 | 111 | 5,7 | 5,9 | 9,00 |
| | | | Йогурт | 125 | 32,00 | 151 | 6,0 | 6,0 | 17,6 |
| Сонник | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |