

Школа

КОУ РК "МКШИ"

Отд./корп

Дата

29.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша ячневая молочная вязкая	250	25,72	305,0	8,7	10,0	44,7
	гор.напиток	693	Кофейный напиток на молоке	200	7,16	118,2	3,6	3,4	19,4
	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 порционнно	20	18,80	150,0	0,0	16,4	0,2
		42	Сыр порционнно	12	9,60	54,6	3,8	4,4	0,0
Завтрак 2			Сосиска в тесте	150	23,10	116,96	5,86	9,95	1,35
	гор.напиток	630	Калмыцкий чай	200	5,69	61,0	1,4	1,4	11,2
Обед	закуска	53	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	10,48	234,73	11,56	8,4	30,09
	1 блюдо	132	Рассольник Ленинградский	250	12,14	119,0	2,1	5,2	15,4
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	100	35,10	280,0	25,7	18,3	3,1
	гарнир	297	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,63	288,0	10,4	6,8	45,4
	напиток	648	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах	200	9,68	76	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	7	Рагу овощное с мясом	200	35,30	269,0	14,3	17,3	14,00
		469	Запеканка творожная с изюмом и сгущенным молоком	100	22,58	279,6	27,8	18	32,4
	напиток	685	Чай сладкий с Лимоном	200	3,86	57,33	4,51	1,14	7,71
	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
			Сырок глазированный	40	18,00	340	7,1	23,0	27,50
			Йогурт	125	32,00	151	6	6	17,6

Сонник									