

Школа ГБУ СОШ №2г.о.КИНЕЛЬ п.г.т.УСТЬ-КИЕЛЬСКИЙ

День 13.09.2023г

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	45/2	Котлета из курин. филе/рис с овощами	280	55,00	436,00	16,70	18,60	46,09
	гарнир								
	гор.напиток	377	Чай с сахаром	200	2,50	40,00	0,53		9,47
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	50	3,00	87,80	2,20	0,20	17,50
	закуска	10	Салат из свежего огурца	60	7,30	19,40			1,34
	сладкое								
	доп.витаминациа	пр.	Яблоко свежее порционно	180	18,01				
			Итого:	590	85,81	583,20	19,43	18,80	74,40
Обед	1 блюдо	7	Рассольник с куриным мясом	210	26,44	132,20	2,80	3,90	17,20
	2 блюдо	13	Гуляш из говядины	100	43,50	182,25	12,58	12,99	4,01
	гарнир	413	Макароны отварные с маслом сливоч.	190	16,00	258,60	6,66	9,03	42,38
	сладкое								
	хлеб белый	пр	Хлеб пшеничный	60	3,60	105,00	2,60	0,24	21,00
	хлеб черный	пр	Хлеб ржаной	40	2,40	46,00	1,25		13,30
	гор.напиток	377	Чай с сахаром	200	3,00	40,00	0,53		9,47
	доп.витаминациа	пр.	Яблоко свежее порционно	180	18,01				
			Итого:	800	112,95	764,05	26,42	26,16	107,36