

Школа

ГБОУ СОШ №2 г.о.КИНЕЛЬ п.г.т.УСТЬ-КИНЕЛЬСКИЙ

День

04.03.2024г

| Приём пищ. | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюд    | 304    | Плов из гречки с куриным филе        | 240      | 56,10  | 429,78       | 17,14 | 19,32 | 40,10    |
|            | гарнир      |        |                                      |          |        |              |       |       |          |
|            | гор.напиток | 56     | Чай с сахаром и лимоном              | 200      | 6,00   | 59,20        | 0,94  |       | 19,40    |
|            | хлеб        | пр     | Хлеб в/с                             | 50       | 3,00   | 70,00        | 0,20  | 0,20  | 18,00    |
|            | закуска     | 2      | Огурец свежий порционно              | 60       | 9,48   | 6,00         | 0,32  |       | 1,34     |
|            | сладкое     |        |                                      |          |        |              |       |       |          |
|            |             |        | Итого:                               | 550      | 74,58  | 591,63       | 19,08 | 19,68 | 78,84    |
|            |             |        |                                      |          |        |              |       |       |          |
|            |             |        |                                      |          |        |              |       |       |          |
| обед       | закуска     |        |                                      |          |        |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 201    | Суп крестьянский с пшеном и кур.мяс. | 250      | 29,50  | 146,28       | 5,99  | 5,54  | 13,53    |
|            | 2 блюдо     | 243    | Сосиска отварная с соусом подливой   | 90       | 45,93  | 247,15       | 7,69  | 18,01 | 1,80     |
|            | гарнир      | 688    | Макароны отварные с маслом сливоч.   | 190      | 20,00  | 224,60       | 5,00  | 4,03  | 42,37    |
|            | сладкое     |        |                                      |          |        |              |       |       |          |
|            | хлеб белый  | пр.    | Хлеб пшеничный                       | 60       | 3,60   | 105,00       | 2,60  |       | 21,00    |
|            | хлеб черный | пр.    | Хлеб ржаной                          | 40       | 2,40   | 46,00        | 1,25  |       | 13,30    |
|            | гор.напиток | 19     | Чай с сахаром                        | 200      | 3,00   | 40,00        | 0,53  |       | 9,47     |
|            |             |        | Итого:                               | 790      | 104,43 | 809,03       | 23,06 | 27,58 | 101,47   |