Школа ФМОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское СОШ с. Большая Ока Отд./корп. Заведующий Ахметханов Р.Р. День 16.11.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-11г-20 | Сложный гарнир: тефтели рыбные(горбуша),картофельное пюре | 240 | 71,60 | 333 | 17 | 16 | 31 |
| | гор.напиток | 54-4гн | Чай с молоком и сахаром | 200 | 4,71 | 51 | 2 | 1 | 9 |
| | хлеб | Пром. | Хлеб пшеничный | 45 | 2,92 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | сладкое | Пром. | Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт) | 100 | 32,00 | 62 | 3 | 3 | 5 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 54-8з | Салат из белокочанной капусты с морковью | 80 | 7,17 | 109 | 1 | 8 | 8 |
| | 1 блюдо | 54-3с | Рассольник Ленинградский | 200 | 13,62 | 126 | 5 | 6 | 14 |
| | 2 блюдо | 54-22м | Рагу из курицы | 200 | 60,51 | 217 | 21 | 7 | 18 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | Пром. | Сок для детского питания (виноградный) | 200 | 28,00 | 136 | 1 | 0 | 33 |
| | хлеб бел. | Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 1,95 | 70 | 2 | 0 | 15 |
| | хлеб черн. | Пром. | Хлеб ржаной | 25 | 1,37 | 43 | 2 | 0 | 8 |
| | фрукты | Пром | Яблоко | 150 | 19,50 | 67 | 1 | 1 | 15 |
| | | | | | | | | | |