Школа ФМОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское СОШ с. Большая Ока Отд./корп Заведующий Ахметханов Р.Р. День 30.11.2023

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