Школа ФМОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское СОШ с. Большая Ока Отд./корп Заведующий Ахметханов Р.Р. День 29.12.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-3о | Омлет с морковью | 150 | 35,10 | 201 | 11 | 15 | 5 |
| | гор.напиток | 54-1хн | Компот из сухофруктов | 200 | 5,82 | 81 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб | Пром | Хлеб пшеничный | 45 | 2,92 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | фрукты | Пром | Банан | 200 | 36,00 | 189 | 3 | 1 | 42 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 54-15з | Икра свекольная | 80 | 12,34 | 95 | 2 | 6 | 9 |
| | 1 блюдо | 54-17с | Суп из овощей | 200 | 8,51 | 71 | 1 | 4 | 8 |
| | 2 блюдо | 54-1м | Бефстроганов из отварной говядины | 90 | 56,54 | 188 | 14 | 14 | 2 |
| | гарнир | 54-1г | Макароны отварные | 150 | 12,04 | 197 | 5 | 5 | 33 |
| | сладкое | ТК№ 305 | Кисель витаминизированный (Витоша) | 200 | 9,87 | 95 | 0 | 0 | 24 |
| | хлеб бел. | Пром. | Хлеб пшеничный | 25 | 1,37 | 43 | 2 | 0 | 8 |
| | хлеб черн. | Пром. | Хлеб ржаной | 45 | 2,92 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |