Школа ФМОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское СОШ с. Большая Ока Отд./корп Заведующий Ахметханов Р.Р. День 23.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-11г-2м | Сложный гарнир: гуляш из говядины, картофельное пюре | 240 | 82,42 | 348 | 18 | 20 | 23 |
| | гор.напиток | ТК№5 | Напиток витаминизированый (Витоша) | 200 | 8,24 | 80 | 0 | 0 | 19 |
| | хлеб | Пром | Хлеб пшеничный,ржаной | 60 | 3,60 | 122 | 4 | 1 | 25 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 54-12з | Икра морковная | 80 | 13,09 | 91 | 2 | 6 | 8 |
| | 1 блюдо | 54-18с | Свекольник (со сметаной) | 200 | 9,17 | 88 | 2 | 4 | 11 |
| | 2 блюдо | 54-25м | Курица тушеная с морковью | 100 | 39,61 | 126 | 14 | 6 | 4 |
| | гарнир | 54-12г | Каша пшенная рассыпчатая | 150 | 8,09 | 226 | 6 | 7 | 36 |
| | сладкое | 54-3гн | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 3,07 | 28 | 0 | 0 | 7 |
| | хлеб бел. | Пром. | Хлеб пшеничный | 45 | 2,92 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | хлеб черн. | Пром. | Хлеб ржаной | 30 | 1,65 | 51 | 2 | 0 | 10 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |