Школа Лемезтамакская СОШ Отд./корп День 03.10.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-10р-2	Сложный гарнир:рыба тушенная в томате с овощами(горбуша),рис припушенный с томатами	250	6,50	392	20	16	43
	гор.напиток	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	7,60	115	0	0	28
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	55	3,88	113	4	1	23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-9з	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	90	9,95	108	1	9	5
	1 блюдо	54-32с	Уха ростовская	250	18,60	128	6	9	9
	2 блюдо	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	90	53,40	200	13	13	7
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150	20,50	139	3	5	20
	сладкое	54-20хн	Кисель из апельсинов	200	20,12	60	0	0	14
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,24	106	3	0	22
	хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	30	2,07	51	2	0	10
	сладкое	Пром.	Сок для детского питания (персиковый)	200	32,00	87	1	0	20