

Школа ФМОБУ лицей №1 с.Большеустьикинское СОШ д.Азикеево Отд./корп Рук.филиала А.Р.Султанов День 23.10.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                    | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-12м  | Плов из курицы                           | 200      | 71,26 | 315          | 27    | 8    | 33       |
|            | гор.напиток | 54-1хн  | Компот из сухофруктов                    | 200      | 5,83  | 318          | 20    | 19   | 17       |
|            | хлеб        | Пром.   | Хлеб пшеничный                           | 30       | 2,16  | 70           | 2     | 0    | 15       |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |         |  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 54-11з  | Салат из моркови с яблоками              | 90       | 10,84 | 110          | 1     | 9    | 6        |
|            | 1 блюдо     | 54-2с   | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250      | 14,78 | 138          | 6     | 7    | 13       |
|            | 2 блюдо     | 54-28м  | Жаркое по домашнему из курицы            | 200      | 90,67 | 226          | 25    | 6    | 18       |
|            | гарнир      |         |  |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     | ТК №282 | Чай витаминизированный                   | 200      | 5,45  | 134          | 1     | 0    | 33       |
|            | хлеб бел.   | Пром.   | Хлеб пшеничный                           | 45       | 3,24  | 106          | 3     | 0    | 22       |
|            | хлеб черн.  | Пром.   | Хлеб ржаной                              | 30       | 2,07  | 51           | 2     | 0    | 8        |
|            | фрукты      | Пром    | Яблоко                                   | 200      | 31,00 | 89           | 1     | 1    | 20       |