Школа ФМОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское СОШ с. Большая Ока Отд./корп Заведующий Ахметханов Р.Р. День 07.11.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 54-10р-27 | 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 |
| | | | | | | | | | |