



Школа

5-11 класс

Отд./корп

День

19.11.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 116    | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 280      |      | 389,9        | 10,61 | 10,82 | 54,97    |
|            | гор.напиток | 414    | Кофейный напиток с молоком                 | 200      |      | 97,5         | 3,24  | 3,23  | 13,7     |
|            | хлеб        |        |  |          |      |              |       |       |          |
|            |             | 4/1    | Бутерброд с мясом в/к                      | 40       |      | 130,1        | 4,65  | 6,29  | 7,5      |
|            |             |        |  |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |  |          |      |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 63     | Борщ с курицей и сметаной                  | 250      |      | 124,2        | 2,57  | 5,99  | 13,08    |
|            | 2 блюдо     | 162    | Шницель рыбный                             | 90       |      | 142,1        | 13,1  | 9,02  | 7,2      |
|            | гарнир      | 339    | Картофельное пюре                          | 180      |      | 196,6        | 3,72  | 5,74  | 25,4     |
|            | сладкое     |        | Печенье                                    | 32       |      | 140,8        | 7,68  | 3,01  | 46,85    |
|            | хлеб бел.   |        |  |          |      |              |       |       |          |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                                | 65       |      | 104          | 4,29  | 0,78  | 27,11    |
|            |             | 411    | Чай с сахаром                              | 200      |      | 41,5         | 0,08  | 0,02  | 4,95     |