

МКОУ "СШ с углубленным изучением отдельных предметов г.Жирновск" Отд./корп 1 День

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
ЗМ пищи	520	Каша молочная Дружба	200	26,00	196,20	3,78	8,10	25,94	
	374	Блинчики со сгущенным молоком	70	16	91,98	9,88	4,75	2,3	
	376	Чай с сахаром	200	15,00	60	0,07	0,02	15	
	701	Хлеб пшеничный	30	5,09	46,41	1,8	0,75	7,35	
		Фрукты	100	15,00	38,67	0,13		10,00	
		Итого за прием пищи:	600	77,09	433	16	14	61	
		Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	60	10,00	25,7	0,9	0,1	5,3	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	11,00	117,8	4,6	4,4	15,2
	2 блюдо	294	Котлеты рубленые из птицы	90/5	25,00	284,7	14,6	19,1	13,5
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные	150	13,00	206,4	5,5	5,7	33,3
сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	8,00	77,4	0	0	19,4	
хлеб бел.	701	Хлеб пшеничный	30	5,09	68,9	2,2	0,2	14,6	
хлеб черн.	702	Хлеб ржано - пшеничный	30	5,00	59,4	1,9	0,3	12,3	
		Итого за прием пищи:		77,09	840,3	29,7	29,8	113,6	



Директор Н.В. Курбанниязова