

Школа

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

День

4-й день

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|-------------|--------|--|----------------------|-------|--------------|--------|-------|----------|--------|
| Завтрак | гор.блюдо | 268 | Котлета по Хлыновски | 90 | 40,00 | 287,60 | 14,40 | 19,80 | 13,10 | |
| | гор.напиток | 685 | Чай каркаде с сахаром | 200/15 | 12,00 | 60,5 | 0,2 | 0 | 15 | |
| | | 224 | Макаронные изделия | 150 | 18,00 | 190 | 3,3 | 12,2 | 16,1 | |
| | | | Соус томатный | 20 | | | | | | |
| Завтрак 2 | | 701 | Хлеб пшеничный | 20 | 3,02 | 45,9 | 1,5 | 0,12 | 9,7 | |
| | фрукты | | Итого за прием пищи: | 555,00 | 73,02 | 584,00 | 19,10 | 32,10 | 53,90 | |
| Обед | | | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 60 | 10 | 25,70 | 0,90 | 0,10 | 5,30 | |
| | закуска | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 135 | Суп из овощей | 200 | 10,00 | 68,30 | 1,50 | 3,00 | 8,90 | |
| | 2 блюдо | 443 | Плов с курицей | 150 | 46,00 | 313,50 | 10,80 | 14,25 | 34,05 | |
| | гарнир | | | | | | | | | |
| | сладкое | 349 | Компот из смеси сухофруктов №349 | 200 | 6,00 | 77,40 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | |
| | хлеб бел. | 701 | Хлеб пшеничный | 50 | 1,02 | 114,8 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | |
| | хлеб черн. | 702 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,00 | 79,20 | 2,50 | 0,40 | 16,50 | |
| | | | | Итого за прием пищи: | 820 | 73,02 | 678,90 | 19,40 | 18,05 | 108,45 |

Директор

Н.В. Курбаниязова

