

Школа

ГБОУ СО КШИ "ЕКК"

Отд./корп

День

09,09,2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,83	208	6,5	5,5	34,5
	гор.напиток	31/10	Чай с молоком (вариант 3)	200	3,88	77	2,9	3,2	9,6
	хлеб	-	Сыр голландский брусковой	12	4,11	62	3,2	5,4	0,0
	закуска	-	Масло сладко-сливочное несоленое	5	1,23	37	0,0	4,1	0,0
	кисломолоч	-	Батон "Золотинка"	30	2,50	82	2,4	1,0	16,6
Завтрак 2	фрукты	-	Хлеб "Крестьянский" с "Валетек-8"	30	1,80	73	2,5	0,3	16,1
Обед	закуска	-	Кукуруза дробленая (консервы)	30	5,35	22	0,7	0,2	4,5
	1 блюдо	18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	4,14	98	2,8	1,9	18,4
	2 блюдо	1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	20	8,61	82	7,0	5,9	0,1
	гарнир	16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	70	27,35	171	10,1	12,0	5,9
	сладкое	13/3	Капуста тушеная с фасолью	150	19,68	140	3,4	9,0	13,5
	хлеб бел.	6/10	Компот из сухофруктов	200	3,96	110	1,0	0,1	29,1
	хлеб черн.	-	Хлеб "Крестьянский" с "Валетек-8"	30	1,80	73	2,5	0,3	16,1
		-	Хлеб Чусовской с йодказеином	30	1,66	64	2,2	0,4	13,7