

Школа

ГБОУ СО КШИ "ЕКК"

Отд./корп

День

10/5/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6.09	215	6.5	6.2	34.5
	гор.напиток	31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	4.15	95	2.9	3.2	14.5
	хлеб	-	Масло сладко-сливочное несоленое	10	2.45	75	0.1	8.3	0.1
	закуска	-	Батон "Золотинка"	30	2.50	82	2.4	1.0	16.6
	закуска	-	Хлеб "Крестьянский" с "Валетек-8"	30	1.67	68	2.3	0.3	14.9
	кисломолоч								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	26/1	Салат из морской капусты с соленым огурцом, морковью, репчатым луком и растительным маслом	70	10.01	87	0.7	7.5	4.4
	1 блюдо	20/2	Суп из овощей со сметаной	200	4.84	96	1.6	5.6	10.4
	2 блюдо	16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	31.28	157	11.5	9.8	6.0
	гарнир	43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4.20	240	4.3	4.3	45.9
	сладкое	37/10	Напиток из шиповника	200	3.23	68	0.5	0.2	16.9
	хлеб бел.	-	Хлеб "Крестьянский" с "Валетек-8"	30	1.67	68	2.3	0.3	14.9
	хлеб черн.	-	Хлеб Чусовской с йодказеином	30	1.60	62	2.1	0.4	13.2
		-	Конфеты шоколадные	50	17.50	50	0.9	5.2	0.0