

Школа

ГБОУ СО КШИ "ЕКК"

Отд./корп

День

10/15/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7.25	247	4.2	6.8	43.2
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	1.77	20	0.1	0.0	5.1
	хлеб	-	Сыр голландский брусковой	12	4.11	62	3.2	5.4	0.0
	закуска	-	Масло сладко-сливочное несоленое	10	2.45	75	0.1	8.3	0.1
	закуска	-	Батон "Золотинка"	30	2.66	87	2.6	1.1	17.7
	кисломолоч	-	Хлеб "Крестьянский" с "Валетек-8"	40	1.98	81	2.7	0.3	17.7
Завтрак 2	фрукты		Яблоки	250	24.50	122	1.0	1.0	29.0
Обед	закуска	-	Огурец свежий	50	5.28	7	0.4	0.1	1.6
	1 блюдо	6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4.04	56	1.5	2.5	7.4
	2 блюдо	1/8	Мясо говядины отварное	10	11.58	41	3.9	2.8	0.1
	гарнир	2/7	Рыба отварная под маринадом	150	30.81	203	16.5	10.9	11.1
	сладкое	32/3	Рагу из овощей	150	6.39	125	2.7	5.0	18.5
	хлеб бел.	10/10	Компот из кураги и изюма	200	8.68	77	0.4	0.1	19.8
	хлеб черн.	-	Хлеб "Крестьянский" с "Валетек-8"	60	2.97	121	4.1	0.4	26.6
		-	Хлеб Чусовской с йодказеином	50	2.77	107	3.6	0.7	22.9