Школа МБОУ "Ужурская СОШ №1 имени ГСС А.К. Харченко" Отд./корп Дата 16.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	1	Каша молочная рисовая	200	14,68	258	6	11	34
	гор.напиток	3	Чай с сахаром	200	1,43	57	0	0	0
	хлеб	2	Батон с маслом и сыром	59	14.75	152	6	8	19
	фрукты	ГП	Яблоко или апельсин, или банан ,или груша ,или др.	150	28,80	71	0,6	0,6	15
Обед	закуска	4	Зеленый горошек консервированный , отварной	60	18,40	24	2	0	0
	1 блюдо	5	Рассольник ленинградский, с мясом, со сметаной	250	25.22	127	4	5	16
	2 блюдо	6	Рыба, тушеная с овощами	100	23,85	211	19	10	88
	гарнир	7	Пюре картофельное	150	9,98	137	3	5	14
	напиток	18	Компот из сухофруктов	200	6,25	106	0	0	25
	хлеб бел.	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,00	62	2	0	12
	хлеб черн.	ГП	Хлеб ржаной	30	2,25	60	1	0	13
Полдник	булочное	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	50	25,00	128	4	1	25
	напиток	9	Кисломолочный продукт (бифидок,или ряженка, или др.)	200	17.00	118	6	6	8
	фрукты	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша. Или др.	100	28,80	47	0	0	10