Школа МБОУ "Ужурская СОШ №1 имени ГСС А.К. Харченко" Отд./корп Дата 11.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	1	Каша пшеничная молочная	170	14,05	240	7	9	32
	гор.напиток	29	Чай с сахаром	200	1,43	57	0	0	15
	хлеб	2	Батон с маслом и сыром	51	14,75	152	5	7	17
	фрукты	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	28,80	70	0	0	15
Обед	закуска	45	Фасоль консервированная отварная	60	21,00	35	2	0	5
	1 блюдо	14	Борщ с мясом (тушенкой) и со сметаной	250	19,49	94	3	5	9
	2 блюдо	6	Рыба, тушеная с овощами	100	23,85	211	19	10	88
	гарнир	26	Рис отварной	150	11,38	209	3	5	30
	напиток	8	Сок	200	25,00	75	1	0	20
	хлеб бел.	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,33	41	1	0	8
	хлеб черн.	ГП	Хлеб ржаной	20	1,50	40	1	0	9
Полдник	булочное	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	50	25,00	128	4	1	25
	напиток	9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок, или др.)	200	58,00	118	6	6	8
	фрукты	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	28,80	47	0	0	10