Школа МБОУ "Ужурская СОШ №1 имени ГСС А.К. Харченко" Отд./корп Дата 20.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	6	Рыба тушеная с овощами	100	24,30	211	19	10	88
Обед	гор.напиток	21	Чай с лимоном	200	3,57	59	0	0	15
	хлеб	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,00	63	2	0	12
	гор.блюдо	10	Картофель отварной	180	14,81	182	4	6	27
	закуска	13	Овощи натуральные свежие(солёные)	80	15,24	10	0	1	1
	1 блюдо	23	Суп - уха (с рыбной консервой)	250	29,38	135	8	4	36
	2 блюдо	24	Котлеты, биточки, шницели	100	41,35	213	9	13	15
	гарнир	25/26	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,59	233	7	6	36
	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	27	Компот из свежих плодов	200	9,60	79	0	0	19
	фрукты	ГП	Банан, или апельсин, или яблоко, или груша, или др.	100	28,80	96	1	0	21