

Школа

МБОУ "Ужурская СОШ №1 имени ГСС А.К. Харченко"

Отд./корп

№

Дата

26.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № реч. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 35 | Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным | 155 | 40,00 | 257 | 6 | 7 | 38 |
| | гор.напиток | 40 | Какао с молоком | 200 | 12,59 | 164 | 5 | 5 | 23 |
| | фрукты | ГП | Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др. | 150 | 28,80 | 71 | 0 | 0 | 15 |
| Обед | 1 блюдо | 14 | Борщ с мясом со сметаной | 250 | 19,49 | 94 | 3 | 5 | 9 |
| | 2 блюдо | 15 | Котлеты или биточки из птицы | 100 | 42,00 | 242 | 11 | 15 | 15 |
| | гарнир | 17 | Макаронные изделия отварные с овощами | 150 | 11,80 | 213 | 6 | 7 | 33 |
| | гарнир | 16 | Соус красный основной | 30 | 2,52 | 19 | 1 | 2 | 2 |
| | напиток | 8 | Сок | 200 | 25,00 | 75 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | ГП | Хлеб пшеничный | 30 | 1,33 | 63 | 3 | 1 | 12 |
| | хлеб черн. | ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1,50 | 60 | 2 | 0 | 14 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | ГП | Кондитерское изделие(вафли, или пряники, или печенье, конфеты) | 20 | 3,80 | 108 | 1 | 6 | 13 |
| | напиток | 19 | Молоко кипяченое | 200 | 12,00 | 120 | 6 | 6 | 9 |
| | фрукты | ГП | Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др. | 110 | 28,80 | 52 | 0 | 0 | 11 |