

Школа ООШ с. Верхнебельский филиал МОБУ СОШ с. Тирлянский Отд./корп   День 15.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ШК00159	Каша пшеничная молочная	140		169	5,23	5,88	25,57
	гор.напиток	ШК00126	Чай с сахаром	200		27	0,2		6,5
	хлеб	65	Хлеб пшеничный	30		84	3,2	1,6	14,1
	закуска	ШКССТ22	Сырники(запеканка) из творога	100		198	10,3	9,2	26
	закуска	ШКЯП107	Ягоды протертые в ассортименте	30		39	0,15	0,09	9
Обед	закуска	100502	Икра из уваренных кабачков	60		35	0,84	2,82	1,5
	1 блюдо	ШК00030	Щи из свежей капусты	200		57	1,34	3,14	5,86
		34	Сметана для заправки	5		8	0,13	0,75	0,18
	2 блюдо	ШК00058	Каша гречневая рассыпчатая	150		224	7,65	6,09	34,58
	2 блюдо	ПФКПОД9	Котлеты из говядины с подливом овощным	60/30		130	7,5	7,2	8
	напиток	ШК00137	Компот из вишни	180		39	0,27	0,09	9,27
	хлеб бел.	65	Хлеб пшеничный	50		140	5,33	2,67	23,5
	хлеб черн.	ШК00038	Хлеб ржаной	35		83	3,03	1,17	14,93

