

Школа

Сейвинская ООШ "летняя оздоровительная площадка"

Отд./корп

День

13.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	104	Каша гречневая с маслом	205		246,17	7,94	8,21	35,13
	гор.напиток	286	Кофейный напиток на молоке	200		118,69	2,79	3,19	19,71
	хлеб		Хлеб пшеничный	40		123,60	1,27	4,00	20,60
Завтрак 2	сок	293	Сок фруктовый	200		36	2		6
Обед	закуска	22	салат из свежих помидоров с маслом раст.	100		114	1	10	5
	1 блюдо	37	Борщ со св. капустой мк./б со сметаной	250		121	4	164	11
	2 блюдо	192	Печень говяжья по-строгановски	110		370	23	29	5
	гарнир	227	Макаронные изделия отварные	150		211	6	5	35
	соус								
	хлеб бел.	482	Хлеб пшеничный	60		174	5	2	36
	хлеб черн.	481	Хлеб ржаной	60		60	3		27
сладкое	274	Кисель	200		116	1		29	
фрукт		Апельсин	200		41			9	

13 июня 2024

		Выход	ККАЛ
Завтрак	каша пшеничная молочная тигровая	9,205	227
	Бутерброд с сыром	30/10	104
	ман-к кофейной на молоке	9,2	118
ИЗВ			
Сок		9,1	18
Обед	Свекольник на мк. / с смет.	9,2	91
	Рулет говедина с луком	9,07	113
	макаронные изделия отварные	9,12	168
	сauce томатной	9,03	16
	хлеб пшеничный	9,06	174
	чай с сахаром	9,2	49
ПОЛДНИК		Выход	ККАЛ
	запеканка из творога	12,024	109
	чай с сахаром	9,2	49