

Школа

МКОУ "Горьковская основная общеобразовательная школа Поньковского района Курской области"

Отд./корп 1-4 классы

День

1-й вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	150	6,26	244	9	4	44
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3,35	60	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	20	2,23	56	2	1	11
		15	Сыр Российский	15	8,06	54	3	4	0
	итого			100	12,00	38	1	0	9
Завтрак 2	фрукты		Апельсин						
	итого				31,90	452	15	9	79
Обед	закуска	ПР	Икра кабачковая	60	4,32	52	1	4	4
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями	250	5,09	109	3	3	16
	2 блюдо	290/331	Бедро тушеное в соусе	95	20,67	158	11	11	3
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	9,00	137	3	5	20
	сладкое	389	Сок яблочный	200	8,00	85	1	0	20
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	2,23	56	2	1	11
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,79	88	3	1	18
	итого				52,10	685	24	25	92
	итого				84,00				