

Школа

МБОУ "ООШ № 11"

Отд./корп

День

16.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	выход	цена	Ккалории	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	247	Каша рисовая молочная жидкая	200		359,25	10,70	17,65	39,40
	гор.напиток	111	Чай с молоком (1-й вариант)	200		104,80	3,00	1,16	20,56
<b>I - II ступень</b>	Хлеб	105	Батон нарезной	25		74,80	0,05	8,25	0,08
Обед	салаты	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50		64,26	0,95	4,21	5,56
	1 блюдо	162	Суп-лапша домашняя	150		79,92	1,84	4,01	10,01
	гор.блюдо	412	Котлеты, биточки, шницели припущенные	70		162,33	11,01	10,28	7,13
<b>I - ступень</b>	соус	456	Соус красный основной	15		20,81	0,68	0,59	3,16
	Гарнир	423	Капуста тушеная	100		63	3,70	3,60	3,9
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		134,2	6,40	0,40	28
	Напиток	511	Компот из крыжовника или смородины черной	180		70,34	0,20	0,06	17,7
			<b>ИТОГО за день I - ступень</b>		<b>115,50</b>				
Обед	салаты	73	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50		64,26	0,95	4,21	5,56
	1 блюдо	162	Суп-лапша домашняя	180		79,92	1,84	4,01	10,01
	гор.блюдо	412	Котлеты, биточки, шницели припущенные	70		162,33	11,01	10,28	7,13
<b>I - ступень</b>	соус	456	Соус красный основной	15		20,81	0,68	0,59	3,16
	Гарнир	423	Капуста тушеная	130		112,63	3,42	4,37	14,62
	Хлеб	110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		134,2	6,40	0,40	28
	Напиток	511	Компот из крыжовника или смородины черной	200		70,34	0,20	0,06	17,7
			<b>ИТОГО за день II - ступень</b>		<b>124,66</b>				