


 И.О. ДИРЕКТОРА
 С.В. МОЖИНОВА

МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа Отд./корп День Дата:

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	231/2013	Каша рисовая	210	213,16	6,38	7,62	29,78
	108/2013	Хлеб пшеничный	25	108,50	3,80	0,45	24,85
	493/2013	Кисель	200	40,19	0	0	10,05
	202/2013	Слойка с повидлом	50	131,00	3,44	1,04	20,40
			435	492,85	13,62	9,11	85,08
Обед	102	Суп картофельный с горохом и курой	250\20\10	148,25	5,48	5,26	16,53
	212/2012	Рагу овощное	150	201,00	4,00	13,50	16,00
	349\2013	Компот сливовый	200	125,00	1,60	0	109,4
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,50	3,80	0,45	24,85
			845	582,75	14,88	19,21	166,78
Полдник	356/2013	Печенье	50	336,02	6,80	9,90	17,10
	495/2013	Чай	215	64,90	1,09	0,94	13,03
			50	400,92	7,89	10,84	30,13
Ужин	429/2013	Картофельное пюре	150	196,27	3,99	6,24	26,58
	174/2013	Голубцы	90	232,93	12,93	10,31	19,93
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,5	3,8	0,45	24,85
	495/2013	Чай	215	64,90	1,09	0,94	13,03
			290	602,60	21,81	17,94	84,39
2 ужин	515/2013	Ряженка	200	106,00	5,80	5,00	9,60
			200	106,00	5,80	5,00	9,60
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1820	2185,12	64,00	62,10	375,98