



Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп День 09.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-3о-2020	Омлет с морковью	200	34,18	281,2	14,72	21,69	6,82
	гор.напиток	54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200	1,18	26,4	0,2	0,2	8,1
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,13	82,2	3,21	1,35	13,05
	фрукты	Пром.	Апельсин	100	14,50	43	0,9	0,0	6,4
Обед	закуска	54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	5,90	87,4	0,1	6,0	6,8
	1 блюдо	54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	36,84	556,1	12,6	9,5	105,1
	2 блюдо	54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	55,79	321,1	22,3	19,4	14,4
	сладкое	54-11хн-2020	Кисель из свежей вишни	200	12,16	53,4	0,2	0,0	13,2
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,26	164,4	6,42	2,7	26,10

Меню составил кладовщик  Чепкасова М.