




Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп День 10.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	200	19,00	318,6	8,6	11,5	45,2
	закуска	54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	16,53	109,1	7,02	9	0
	гор.напиток	54-4гн-2020	Чай черный байховый с ягодами (брусничкой и.т) и медом	200	7,15	36,2	0,4	0,0	8,7
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,13	82,2	3,21	1,35	13,05
Обед	закуска	54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	13,56	11,05	0,4	0,0	2,5
	1 блюдо	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский (со сметаной)	200	52,54	566,5	9,8	24,6	76,4
	2 блюдо	54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	28,76	209	15,5	11,9	11,4
	гарнир	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,17	262,5	8,2	6,5	42,8
	соус	54-3соус-2020	Соус красный основной	50	6,67	73,1	3,3	2,7	8,9
	сладкое	54-6хн-2020	Компот из изюма	200	7,03	110,2	0,5	0,0	27,0
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,26	164,4	6,42	2,7	26,10

Меню составил кладовщик  Чепкасова М.