



Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп День 13.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200	13,53	222,3	5,8	6,9	34,3
	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 лимоном и медом	200	5,03	35,1	0,3	0,0	8,4
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,13	82,2	3,21	1,35	13,05
	фрукты	Пром.	Яблоко	100	17,50	47	0,4	0,4	9,8
Обед	закуска		Помидор в нарезке	60	13,56	11,5	0,4	0,0	2,5
	1 блюдо		Щи из свежей капусты со сметаной	200	42,87	367,8	8,3	24,3	29,0
	2 блюдо		Плов из отварной говядины	200	33,26	341,9	15,5	13,2	40,3
	сладкое		Компот из чернослива	200	11,88	108,1	0,8	0,2	25,7
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	4,26	164,4	6,42	2,7	26,10

Меню составил кладовщик Чепкасова М.