



Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп День 16.01.2023

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	54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	13,56	11,5	0,4	0,0	2,5
	1 блюдо	54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	42,87	367,8	8,3	24,3	29,0
	2 блюдо	54-1м-2020	Плов из отварной говядины	200	33,26	341,9	15,5	13,2	40,3
	сладкое	54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	11,88	108,1	0,8	0,2	25,7
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,26	164,4	6,42	2,7	26,10

Меню составил кладовщик  Чепкасова М.