



Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп            День 20.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-8м-2020	Тфтели из говядины паровые	60	18,12	118,5	8,2	7,3	5,0
	гарнир	54-2г-2020	Макароны отварные с овощами	200	11,00	192,0	4,5	6,9	28,1
	закуска	54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	16,53	109,1	7,02	9	0
	гор.напиток	54-7гн-2020	Какао с молоком	200	15,38	106,7	4,6	4,3	12,4
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,13	82,2	3,21	1,35	13,05
Обед	закуска	54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	12,12	37,3	0,4	3,0	2,2
	1 блюдо	54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	35,74	705,5	35,5	21,6	92,3
	2 блюдо	54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	100	38,29	188,4	15,2	13,1	2,5
	гарнир	54-8г-2020	Капуста тушеная	150	17,29	122,1	3,6	5,0	15,8
	сладкое	54-2хн-2020	Компот из ягод (смородина малина) с мёдом	200	23,82	46,3	0,5	0,1	10,8
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,26	164,4	6,42	2,7	26,10

Меню составил кладовщик  Чепкасова М.