



Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп День 23.01.2023

| 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.