



Школа МБОУ ООШ с. Усть-Ужеп Отд./корп День 31.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	200	27,91	214,6	12,83	15,26	6,48
	выпечка	54-6т-2020	Сырники	100	45,85	229,2	16,1	9,0	21,1
	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	54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	5,07	45,6	0,8	2,7	4,6
	1 блюдо	54-11с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	42,84	494,6	8,9	24,5	59,6
	2 блюдо	54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	28,76	209	14,10	11,9	11,4
	гарнир	54-11г-2020	Картофельное пюре	150	14,36	158,3	3,0	5,7	23,7
	соус	54-3соус-2020	Соус красный основной	50	7,67	73,1	3,3	2,7	8,9
	сладкое	54-7хн-2020	Компот из смесь сухофруктов	200	5,01	93,2	0,6	0,0	22,7
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,26	164,4	6,42	2,7	26,10

Меню составил кладовщик Чепкасова М.