Школа ГБОУ "Шумихинская школа-интернат" Отд./корп День 06.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260	Каша"Дружба"	180	14,84	203,5	4,7	10,4	22,5
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	9,24	144	3,6	3,3	25
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,79	108,6	3,9	0,7	20,4
		105	Масло сливочное(порциями)	15	10,66	112	0,07	12,3	0,12
		100	Сыр сычужный твёрдый(порциями)	10	6,06	34	2,5	2,6	0,0
	фрукты		Яблоко	1 шт.	19,95	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник		313	Запеканка из творога с повидлом	130\20	56,91\3,0	368,3	20,8	21,8	20,7
	напиток	518	Сок яблочный	200	8,40	46	0,5	0,1	0,1
Обед	закуска	1	Салат из капусты белокочанной	70	9,45	95,2	1,4	7,0	6,5
	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми	250	10,46	108	2,3	4,2	15,1
	2 блюдо	343	Рыба, тушёная в томате с овощами	70	10,56	71,5	6,6	3,6	3,1
	гарнир	429	Пюре картофельное	110	11,10	101,2	2,3	4,8	11,9
	сладкое	508	Компот из смеси сухофруктов сушёных	200	6,14	110	0,5	0,0	27,0
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	100	4,83	235	7,6	0,8	49,2