Школа ГБОУ "Шумихинская школа-интернат" Отд./корп День 15.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	309	Омлет с сыром	170	55,45	420	23,0	34,7	3,6
	гор.напиток	495	Чай с молоком	200	5,07	81	1,5	1,3	15,9
	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
	фрукты		Яблоко	1 шт.	19,01	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник	выпечка	548	Колбасные изделия, запечённые в тесте	150	40,75	429,0	15,4	20,1	46,5
	напиток	518	Сок яблочный(промышленного производства)	200	8,40	46	0,5	0,1	0,1
	фрукты		Яблоко	1 шт.	16,98	39,9	0,34	0,34	86,7
Обед	закуска	119	Икра морковная	70	8,86	80,5	1,6	4,90	7,2
	1 блюдо	142	Щи из свежей капусты с картофелем на говяжьем бульоне со сметаной	250\10	28,68\2,25	83,0	1,7	4,9	7,7
	2 блюдо	370	Плов из отварной говядины	180	42,47	316,8	13,6	13,3	35,4
	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