Школа ГБОУ "Шумихинская школа-интернат" Отд./корп День 16.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	265	Каша молочная кукурузная жидкая	180	11,80	216	5,5	6,7	33,3
	гор.напиток	496	Какао с молоком	200	9,24	144	3,6	3,3	25,0
	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.	15,90	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник	выпечка	541	Ватрушка с повидлом	110	8,02	216,3	6,6	3,1	40,7
	напиток	516	Снежок	200	23,75	100	5,8	5,0	8,0
		300	Яйцо	1 шт.	7,20	63,0	5,1	4,6	0,3
Обед	закуска	76	Винегрет овощной	70	6,38	91,0	0,9	7,50	4,7
	1 блюдо	134	Рассольник ленинградский на говяжьем бульоне со сметаной	250\10	28,51\2,25	121,2	2,05	5,2	16,2
	2 блюдо	381	Котлета мясная из мяса говядины	60	31,49	171,6	10,6	10,5	8,5
	гарнир	426	Картофель отварной	110	10,94	112,2	2,09	5,3	13,9
	сладкое	518	Сок (промышленного производства)	200	8,40	92	1,0	0,2	0,2
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	100	4,83	235	7,6	0,8	49,2
	фрукты		Мандарины	2 шт	30,42				
	фрукты		Яблоко	1 шт.	16,37	39,9	0,34	0,34	86,7
	соус	453	Соус томатный	10	3,64	6,5	0,1	0,3	0,6