Школа ГБОУ "Шумихинская школа-интернат" Отд./корп День 20.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268	Каша рисовая молочная жидкая	180	13,31	206,4	4,9	7,7	29,1
	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
		100	Сыр сычужный твёрдый	10	6,06	34,0	2,5	2,6	0,0
		105	Масло сливочное(порциями)	15	10,66	112	0,07	12,3	0,12
	фрукты		Мандарины	2 шт.	29,48				
	фрукты		Яблоко	1 шт.	16,98	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник	выпечка	564	булочка домашняя	110	11,70	427,1	8,2	14,3	66,3
	напиток	518	Сок(промышленного производства)	200	8,40	46	0,5	0,1	0,1
	фрукты		Мандарины	2 шт.	29,48				
	фрукты		Яблоко	1 шт.	16,99	39,9	0,34	0,34	86,7
Обед	закуска	17	Салат из свежих огурцов	70	13,23	71,4	0,4	7,00	1,4
	1 блюдо	131	Свекольник на говяжьем бульоне со сметаной	250\10	23,81\2,25	97,0	2,1	4,4	12,0
	гарнир	246	Каша кукурузная рассыпчатая	110	5,93	154,6	3,0	4,9	24,4
	2 блюдо	366	Бефстроганов из отварной говядины	70	40,07	135,8	10,5	9,6	1,6
	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