

Школа

ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"

Отд./корп

День

23.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	248	Каша гречневая вязкая	180	18,08	254,7	8,2	11,5	29,3
		105	Масло сливочное(порциями)	15	10,66	112	0,07	12,3	0,12
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,79	108,6	3,9	0,7	20,4
		100	Сыр сычужный твёрдый(порциями)	10	6,06	34,0	2,5	2,6	0,0
	гор.напиток	495	Чай с молоком	200	5,07	81,0	1,5	1,3	15,9
	фрукты		Мандарины	2 шт.	32,20	53	0,81	0,31	13,34
	фрукты		Яблоко	1 шт.	19,36	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник	гастрономия	590	Печенье	45	7,20	187,6	3,3	4,4	33,4
	напиток	519	Напиток из шиповника	200	7,44	97	0,7	0,3	22,8
	фрукты		Мандарины	2 шт.	32,20	53	0,81	0,31	13,34
	фрукты		Яблоко	1 шт.	19,37	39,9	0,34	0,34	86,7
Обед	закуска	2	Салат витаминный	70	8,11	96,6	0,7	7,0	7,4
	1 блюдо	128	Борщ с капустой и картофелем на говяжьем бульоне со сметаной	250\10	22,29\2,25	95,0	1,8	5,0	10,6
	2 блюдо	242	Каша перловая рассыпчатая	110	5,20	153,4	3,3	4,9	23,0
		335	Суфле рыбное	70	29,27	82,6	11,2	3,3	1,8
	сладкое	503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	5,56	122	1,4	0,0	29,0
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	100	4,83	235	7,6	0,8	49,2





