Школа ГБОУ "Шумихинская школа-интернат" Отд./корп День 14.06.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	Каша ячневая вязкая	180	14,91	244	5,7	10,2	32,1
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	1,74	60	0,1	0,0	15,0
	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.	17,84	39,9	0,34	0,34	86,7
Полдник	выпечка	284	Пудинг манный	150	11,41	244,5	6,9	6,0	40,6
	напиток	515	Молоко кипячёное	200	14,63	106	5,8	5,0	9,6
Обед	закуска	107	Огурец солёный(промышленного производства)	70	9,48	9,1	0,5	0,07	1,1
	1 блюдо	128	Борщ с капустой и картофелем на говяжьем бульоне со сметаной	250\10	30,15\2,25	95,0	1,8	5,0	10,6
	2 блюдо	367	Гуляш из говядины	70	38,90	173,2	12,0	12,8	2,4
	гарнир	291	Макаронные изделия отварные	110	5,40	106,2	4,1	0,4	21,2
	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		Яблоко	1 шт.	18,75	39,9	0,34	0,34	86,7