Мой
100% сок

Школа	ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"	Отд./корп		День	6/9/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	Каша ячневая вязкая	150	10.03	203	4.8	8.5	26.8
	гор.напиток	493	Чай с сахаром	200	1.56	60	0.1	0.0	15.0
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	1.86	72.0	2.6	0.4	13.0
		105	Масло сливочное(порциями)	15	8.25	112	0.07	12.3	0.12
		100	Сыр сычужный твёрдый(порциями)	10	5.56	34	2.5	2.6	0.0
	фрукты		Банан	1 шт.	25.76	75.6	0.90	0.20	19.3
Полдник	выпечка	248	Пудинг манный	100	6.37	163.0	4.6	4.1	27.1
	напиток	515	Молоко кипячёное	200	13.23	106	5.8	5.0	9.6
Обед	закуска	107	Огурец солёный(промышленного производства)	60	8.02	7.8	0.5	0.06	1.0
	1 блюдо	128	Борщ с капустой и картофелем на говяжьем бульоне	200	16.95	76.0	1.5	4.0	8.5
	2 блюдо	367	Гуляш из говядины	60	29.43	148.5	10.3	11.0	2.1
	гарнир	291	Макаронные изделия отварные	100	4.16	96.6	3.7	0.5	19.3
	сладкое	518	Сок (промышленного производства)	200	16.00	92	1.0	0.2	0.2
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	80	3.86	188	6.1	0.6	39.3