

















Школа

ГБОУ "Шумихинская школа-интернат"

Отд./корп

День

18.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	5429к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "геркулес"	200	15,43	263,0	8,2	11,2	32,4
	закуска	54-3з	Помидор в нарезке	60	16,27	13	0,70	0,1	2,30
	хлеб рж-пш	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,00	72,0	2,6	0,4	13,0
	гастрономия	588	Вафли	1шт	2,27	35,0	0,3	0,3	7,7
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	10,32	100,4	4,6	3,6	12,6
Полдник	твор. блюдо	536	Оладьи с маслом	160	17,82	477,0	12,0	20,2	61,9
	напиток	515	Молоко кипячёное	200	13,02	106	5,8	5,0	9,6
	фрукты		Груша	1 шт	27,68	47,0	0,4	0,3	10,3
Обед	1 блюдо	54-25с	Суп гороховый на говяжьем бульоне	200	14,48	110,9	6,5	2,8	14,9
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,67	311,6	11,1	8,4	48,0
	2 блюдо	54-12р	Рыба, запечённая с сыром и луком (минтай)	100	27,97	175,3	16,1	11,1	2,9
	соус	54-4соус	Соус сметанный натуральный	10	2,56	18,6	0,3	1,7	0,7
	закуска	54-12з	Икра морковная	80	10,14	90,7	1,6	5,6	8,0
	сладкое	503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	3,06	122	1,4	0,0	29,0
	хлеб пш.	108	Хлеб пшеничный	80	4,14	188	6,1	0,6	39,3