

Школа

МБОУ "Тыловайская СОШ"

Отд./корп

День

пятница 09.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	У125	Каша манная молочная	205	8,63	215,0	5,95	8,61	29,73
	гор.напиток	У148	Кофейный напиток с молоком	200	5,36	153,00	2,70	2,80	22,40
	хлеб		Хлеб пшеничный	34	1,93	67,0	2,89	0,54	12,58
			итого	439	15,92	435,00	11,54	11,95	64,71
Завтрак 2	фрукты								
			итого		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед	закуска	У30	Винегрет овощной	60	3,86	73,00	0,78	5,94	5,04
	1 блюдо	М124	Щи из свежей капусты с картофелем	210	7,49	91,00	1,90	5,43	8,24
	2 блюдо	У191	Голубцы "Уралочка"	90	32,65	123,00	7,92	5,09	11,34
	гарнир	М510	Каша вязкая пшеничная	150	7,53	153,00	3,99	4,24	24,53
	фрукты		Яблоко	95	8,43	47,00	0,40	0,40	9,80
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	18	1,04	40,00	1,7	0,32	7,4
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	22	1,12	127,00	3,96	0,66	26,34
		У153	Компот из смеси сухофруктов	180	4,88	58,00	0,20	0,00	15,0
		итого	825	67,00	712,00	20,85	22,08	107,69	