

Школа

ГКОУ УР "Школа № 79"

Отд./корп

День

27.09.2024г

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                            | Выход, г   | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------|------------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 173    | Каша пшеничная молочная          | 200        | 28,13  | 292, 40      | 8, 18  | 10, 03 | 43, 06   |
|            | гор.напиток | 685    | Чай с молоком                    | 200        | 7, 94  | 77, 03       | 1, 55  | 1, 14  | 15, 94   |
|            | хлеб        | 2      | Батон школьный                   | 52, 1      | 3, 54  | 156, 65      | 4, 46  | 1, 99  | 30, 38   |
|            |             | 268    | Десерт в фруктовом соусе         | 50         | 22, 01 | 63, 48       | 0, 23  | 0, 12  | 16, 37   |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                  |            |        |              |        |        |          |
|            |             |        |                                  |            |        |              |        |        |          |
|            |             |        |                                  |            |        |              |        |        |          |
| Обед       | закуска     |        |                                  |            |        |              |        |        |          |
|            | 1 блюдо     | 41     | Щи из свежей капусты со сметаной | 250/ 12, 5 | 26, 97 | 127, 22      | 5, 54  | 7, 51  | 10, 11   |
|            | 2 блюдо     | 155    | Гуляш куриный                    | 50/ 50     | 45, 36 | 119, 90      | 13, 24 | 5, 38  | 4, 78    |
|            | гарнир      | 97     | Макароны отварные                | 150        | 19, 47 | 199, 76      | 5, 45  | 4, 23  | 35, 10   |
|            | сладкое     |        |                                  |            |        |              |        |        |          |
|            | хлеб бел.   | 2      | Батон школьный                   | 100        | 6,80   | 300, 91      | 8, 58  | 3, 81  | 58, 36   |
|            | хлеб черн.  |        |                                  |            |        |              |        |        |          |
|            |             | 685    | Чай с сахаром                    | 200        | 2, 92  | 53, 23       | 0, 18  | 0, 04  | 13, 76   |