

Школа

ГБОУ СОШ №22 г.о.Чапаевск

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	24	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком	75		53	0	5	3
		291	Плов из птицы	225		344	19	12	40
	гор.напиток	380	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200		113	3	2	21
	хлеб		Батон	30		170	6	1	35
Завтрак 2									
	итого			560	59,10	680	28	20	99
Обед	закуска	70	Огурец натуральный соленый	40		4	0	0	1
	1 блюдо	113	Суп- лапша домашняя из филе птицы	265		116	3	6	12
	2 блюдо	271	Котлета по -хлыновски из говядины	85		124	6	9	6
	гарнир	143	Рагу из овощей	150		213	3	16	13
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200		196	1	0	47
	хлеб бел.			30		70	2	0	14
	хлеб черн.			30		69	2	0	15
	итого			800	73,60	792	16	32	108