



Long -

19.09.2024 г

Школа	МБОУ "Тургужанская ООШ			Отд./корп	12-18 лет	День			19.09.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	295	Макаронные изделия отварные с сыром	200	24,74	308	14	14	37
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	12,40	152	4	3	28
	хлеб	1	Батон с маслом	45	7,10	126	3	4	20
	фрукты	ГП	Яблоки	150	16,06	71	1	1	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	131	Зеленый горошек консервированный отварной	100	12,80	40	3	0	0
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский, с тушенкой,со сметаной	250	19,11	127	4	5	16
	2 блюдо	268	Котлеты мясные	100	47,16	214	9	13	16
	гарнир	139	Капуста тушеная	180	14,52	222	10	12	16
	сладкое								
	хлеб бел.	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,96	62	2	0	12
	хлеб черн.	ГП	Хлеб ржаной	30	1,66	60	1	0	13
	напиток	283	Компот из сухофруктов	200	4,20	117	1	0	28

