



Long -

11.12.2024 г

|            |                        |         |   |          |           |              |       |      |          |            |
|------------|------------------------|---------|---|----------|-----------|--------------|-------|------|----------|------------|
| Школа      | МБОУ"Тургужанская ООШ" |         |   |          | Отд./корп | 7-11 лет     | День  |      |          | 11.12.2024 |
| Прием пищи | Раздел                 | № рец.  | Блюдо                                     | Выход, г | Цена      | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |            |
| Завтрак    | гор.блюдо              | 423,404 | Капуста тушеная с куриным фаршем          | 200      | 37,32     | 204          | 12    | 11   | 12       |            |
|            | гор.напиток            | 379     | Кофейный напиток                          | 200      | 12,40     | 152          | 4     | 3    | 28       |            |
|            | хлеб                   | ГП      | Хлеб пшеничный                            | 30       | 1,96      | 62           | 2     | 0    | 12       |            |
|            | фрукты                 | ГП      | Апельсин                                  | 100      | 10,71     | 96           | 2     | 1    | 21       |            |
|            |                        |         |   |          |           |              |       |      |          |            |
| Завтрак 2  | фрукты                 |         |   |          |           |              |       |      |          |            |
|            |                        |         |   |          |           |              |       |      |          |            |
|            |                        |         |   |          |           |              |       |      |          |            |
| Обед       | закуска                | 131     | Зеленый горошек консервированный отварной | 60       | 11,78     | 24           | 2     | 0    | 0        |            |
|            | 1 блюдо                | 82      | Борщ с тушенкой и со сметаной             | 250      | 17,05     | 94           | 3     | 5    | 9        |            |
|            | 2 блюдо                | 268     | Котлеты мясные                            | 100      | 47,16     | 214          | 9     | 13   | 16       |            |
|            | гарнир                 | 312     | Пюре картофельное                         | 150      | 13,12     | 138          | 3     | 5    | 15       |            |
|            | сладкое                | ГП      | Вафли                                     | 20       | 5,10      | 108          | 1     | 6    | 13       |            |
|            | хлеб бел.              | ГП      | Хлеб пшеничный                            | 20       | 1,31      | 42           | 2     | 0    | 8        |            |
|            | хлеб черн.             | ГП      | Хлеб ржаной                               | 20       | 1,11      | 40           | 1     | 0    | 9        |            |
|            | напиток                | 389     | Сок                                       | 200      | 23,60     | 75           | 1     | 0    | 20       |            |
|            |                        |         |   |          |           |              |       |      |          |            |