



Long -

18.03.2025 г

Школа	МБОУ"Тургужанская ООШ"			Отд./корп	12-18 лет	День			18.03.2025
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	270,269	Какао с молоком	200	14,81	164	6	6	23
	хлеб	1	Батон с маслом	45	9,23	126	3	4	20
	фрукты	ГП	Груша	120	19,51	56	0	0	12
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	70,71	Огурцы соленые	100	30,58	13	1	0	2
	1 блюдо	104,105	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	19,77	153	6	6	14
	2 блюдо	202	Тефтели из говядины с рисом	100	37,26	202	9	13	11
	гарнир	302	Каша гречневая	180	11,74	280	9	7	44
	сладкое								
	хлеб бел.	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,18	62	2	0	12
	хлеб черн.	ГП	Хлеб ржаной	30	1,85	60	1	0	13
	напиток	389	Сок	200	26,80	75	1	0	20