



Long -

15.10.2024 г

Школа	МБОУ"Тургужанская ООШ"			Отд./корп	7-11 лет	День			15.10.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	295	Макаронные изделия отварные с сыром	200	19,75	231	10	10	27
	гор.напиток	270,269	Какао с молоком	200	16,15	164	6	6	23
	хлеб	ГП	Батон с маслом	39	5,64	108	3	3	17
	фрукты	ГП	Груша	120	19,51	56	0	0	12
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	70,71	Огурцы соленые	80	21,34	10	1	0	1
	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	150	9,84	233	7	6	37
	сладкое								
	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