



Школа № 54 ул. Пушкина

Отд./корп а

День

20.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
I ступень	гор. блюдо	М108	овощи картофель.	200г	10-80	325,3	11,3	26,6	11,2
	гор. блюдо	М157	зел. горошек отварен	60г	23-58	38,5	1,1	2,2	3,2
	хлеб	М153	хлеб пшеничный	30г	3-00	40,3	2,3	0,2	24,8
	гор. напиток	М15	сир питьевой	15г	15-19	51,6	2,9	1,1	0,3
	фрукты	М154	кисл с сахаром	200г	4-69	31,8	0,1	0	9,3
Завтрак 2			молоко		57-26	523,5			
II ступень	ИТОГО:								
	закуска	М119	сметана (жир)	100г	23-39	11	0,8	0,1	1,9
	1-блюдо	М100	картофель. сметана	250г	9-48	13,2	1,9	0,3	4,6
	2 блюдо	М226	пюре картофель	200г	44-41	216,3	11,2	16,6	6,5
	гарнир	М102	картофель отварен	180г	25-05	290,6	10,2	1,9	15,2
	сладкое	М188	кисломолочный напиток	200г	8-29	85	0,5	0,2	20,5
	хлеб бел.	М153	хлеб пшеничный	60г	6-00	110,6	4,6	0,5	29,5
	хлеб черн.	М154	хлеб ржаной	15г	11-09	92,4	3,6	0,7	18
ИТОГО:			молоко		157-54	923,5			