Утверждаю
Директор школы
Субботина
Д.А. Субботина

Школа ГОКУ СКШ №1 г. Черемхово Отд./корп

Дата 19.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 318 | Пудинг из творога с рисом, соус молочный | 220 | 26,63 | 387 | 41 | 21 | 28 |
| | гор.напиток | 519 | Напиток из щиповника | 200 | 4,25 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | 111 | Багет | 80 | 7,76 | 262 | 8 | 6 | 51 |
| | закуска | 106 | Кукуруза консервированная | 60 | 9,20 | 19 | 1 | 0 | 3 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | гор.напиток | 515 | Молоко кипяченое | 200 | 13,20 | 106 | 12 | 5 | 10 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 51 | Салат из свеклы и моркови | 100 | 13,69 | 101 | 1 | 16 | 6 |
| | 1 блюдо | 134 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 260 | 19,75 | 194 | 3 | 8 | 26 |
| | 2 блюдо | 335 | Суфле рыбное, томатный соус | 150 | 28,03 | 118 | 32 | 48 | 3 |
| | гарнир | 429 | Картофельное пюре | 200 | 13,60 | 188 | 5 | 56 | 29 |
| | напиток | 496 | Какао с молоком | 200 | 8,52 | 144 | 7 | 4 | 25 |
| | хлеб бел. | 108 | Хлеб белый | 60 | 2,59 | 282 | 5 | 1 | 27 |
| | хлеб черн. | 110 | Хлеб черный | 70 | 4,55 | 127 | 4 | 2 | 1 |
| | | | | | | | | | |