

Школа

ГБОУ СОШ № 274

Отд./корп

День

19.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хол.блюдо	213/2008	Яйцо вареное	40		63	5,1	4,6	0,3
	гор.блюдо	193/2008	Запеканка рисовая с творогом						
			со сгущенным молоком	150/20		317	8,5	11,4	44,4
	гор.напиток	431/2008	Чай с лимоном	200/7		62	0,3	0,1	15,2
	хлеб		Батон обогащенный	25		78	1,9	0,7	16,4
	фрукты		Яблоко свежее	100		47	0,4	0,4	9,8
					63-00				
Обед	закуска	71/2011	Помидор свежий (кусочком)	60		11	0,2	0	2,3
	1 блюдо	79/2008	Борщ с фасолью и карт., со сметаной	200/5		130	4	5	15
	2 блюдо	283/2008	Тефтели (1-й вариант)						
		364/2008	Соус томатный	90/30		238	13,35	15,6	9,9
	гарнир	323/2008	Каша гречневая рассыпчатая	150		206	3,6	4,6	37,7
	напиток	401/2008	Компот из чернослива с вит. "С"	200		124	0,6	0,2	29,3
	сладкое								
	хлеб бел.		Батон обогащенный	25		78	1,9	0,7	16,4
	хлеб черн.		Хлеб обогащенный	40		90	2,7	0,32	17
					110-00				

Завтрак и обед для учащихся младших классов (7-11 лет)