

Школа

Улыбышевская ООШ

Отд./корп

1-4 класс

День

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	59	Салат из моркови с яблоками	60	5,24	24	0,64	0,1	5,11
	горячее блюдо	342	Сосиски отварные	120	43,51	358	12,11	33,92	0,54
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	6,14	175	5,1	2,56	33,01
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,37	55	0,1	0	13,76
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	напиток горячий	629	Чай с лимоном	200	5,44	57	0,24	0,05	13,85
	фрукт	118	Фрукты свежие. Банан.	130	23,59	123	1,91	0,64	26,67
Обед	закуска	45	Салат из белокочанной капусты	60	3,39	36	0,79	1,94	3,88
	1 блюдо	104	Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	200	23,24	156	11	11,48	8,8
	2 блюдо	756	Рагу из птицы	240	35,06	211	21,68	4,83	19,97
	напиток	347	Напиток витаминный	200	6,44	85	0,39	1,51	17,52
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	120	4,62	0,84	22,44