

Школа		МБОУ "Ижевская СОШ им. К.Э. Циолковского"			Отд./корп		1-4 класс		День		07.09.2021		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	гор.блюдо	ТК	макароны отварные	150	6,38	168,45	5,52	4,52	26,44				
	гор.напиток	376	какао с молоком	200	12,00	118,6	4,08	3,54	17,58				
	хлеб	ПР	кондитерское изделие	34,6	5,19	64,0	1,0	3,6	10,3				
			15 сыр порционный	15	8,96	54,0	3,47	4,0	0				
			фрукт	253	22,74	118,92	1,11	1,11	24,85				
Обед	закуска	71											
	1 блюдо	131	суп картофельный гороховый с говядиной тушеной	250	11,90	165,75	7,19	6,47	16,54				
	2 блюдо	ТК	котлета свиная	50	19,50	124,39	6,77	8,6	5,05				
	гарнир	ТК	гречка отварная	150	7,19	243,75	8,6	6,09	38,64				
	сладкое	ПР	кондитерское изделие	67	7,37		124	2	7	20			
	хлеб бел.												
	хлеб черн.	ПР	ржаной	32		2,01	72,64	2,2	0,35	17,11			
			376 чай с сахаром	200		2,03	60,00	0,07	0,2	15,00			

Калькулятор:

Повар 4р: