

Школа		МБОУ "Ижевская СОШ им. К.Э. Циолковского"					Отд./корп	5-11 класс	День	07.09.2021	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	ТК	макаронь отварные	150	6,38	168,45	5,52	4,52	26,44		
	гор.напиток	37б	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		
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	
			37б	чай с сахаром	200		2,03	60,00	0,07	0,2	15,00

Калькулятор:

Повар 4р: