

Школа	ГБОУ СОШ с. Новое Якушкино			Отд./корп				День	21.10.2021
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшеничной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и сахаром)	220	12,3	338,25	9,33	9,90	55,81
	хлеб	426	Булочка с повидлом обсыпная (масса 100 г)	100	15,3	320	6,60	14,36	41,13
	гор. Напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	11,5	100,6	3,16	2,68	15,94
		11111	Пирожное бисквитное "Меридинка"	36	17	122,4	2,16	3,24	20,88
		338	Плоды или ягоды свежие	100	4,7	47	0,40	0,40	9,80
Обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с крупой (рисовой, пшеном, хлопьями овсяными)	250	8,9	85,75	1,98	2,70	12,10
	гарнир	128	Картофельное пюре (с маслом)	180	16,6	207,43	3,73	10,98	21,58
	гор. напиток	389	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	4,70	330	20,00	2,00	58,00
	хлеб	Н	Хлеб пшеничный	70	17,5	163,66	5,53	0,70	1,47
	2 блюдо	243	Сосиски, сардельки отварные	60	7,6	178,91	6,05	16,96	0,27
		Н	Соус польский	30	18,6	22	0,78	1,83	0,18
	закуски	45	Салат из белокочанной капусты	100		59,6	1,31	3,25	6,27