

| | | | | | | | | | |
|------------|----------------------------|--------|--|-----------|------|--------------|-------|-------|------------|
| Школа | ГБОУ СОШ с. Новое Якушкино | | | Отд./корп | | | | День | 20.01.2022 |
| 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 |