

Школа

МАОУ "СОШ №146"

Отд./корп

День

27.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	Холодные закуски	№106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)	100	30,66	14	1	0	3
	Вторые блюда	№347/2018	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	50,20	286	20	17	13
	Гарниры	№414/2013	РИС ОТВАРНОЙ	180	16,37	253	5	8	39
	Горячие напитки	№493/2013	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,55	40			10
	Хлеб	№573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	4,11	88	4	0	17
ОБЕД	Холодные закуски	№10/2018	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	41,98	82	1	6	6
	Первые блюда	№100/2021	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	23,06	133	2	6	17
	Вторые блюда	№390/2013	ТЕФТЕЛИ "ЁЖИКИ" В СОУСЕ	100	0,00	259	11	19	12
	Гарниры	№202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	25,69	346	13	8	56
	Холодные напитки	№495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,75	89	0	0	22
	Хлеб	№573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,68	35	2	0	7
	Хлеб	№574/2021	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,73	42	1	0	9