

Школа

МБОУ "СОШ №4" г. Лесосибирска

Отд./корп

День

31.01.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                           | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 37     | Голубцы ленивые с соусом        | 90/50    |      | 202,8        | 13,25 | 18,24 | 0,096    |
|            | гарнир      | 679    | Каша гречневая рассыпчатая      | 150      |      | 230,45       | 7,46  | 5,61  | 35,84    |
|            | гор.напиток | 114    | Чай с лимоном и сахаром         | 200/15/7 |      | 60           | 0,26  | 0     | 15,2     |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный из муки в/с      | 40       |      | 104,8        | 3,06  | 1,2   | 19,9     |
| Обед       | закуска     | 34     | Салат из свеклы с изюмом        | 60       |      | 56,34        | 4,06  | 6,97  | 5,02     |
|            | 1 блюдо     | 96     | Суп картофельный с рыбн консерв | 200      |      | 145,6        | 18,48 | 1,99  | 9,9      |
|            | 2 блюдо     | 608    | Шницель мясной с соусом         | 90/50    |      | 183          | 12,44 | 9,24  | 12,56    |
|            | гарнир      | 679    | Каша рисовая рассыпчатая        | 150      |      | 187,02       | 4,79  | 4,26  | 30,83    |
|            | напиток     | 943    | Чай с сахаром                   | 200/15   |      | 60           | 0,26  | 0     | 15,2     |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный из муки в/с      | 40       |      | 104,8        | 3,06  | 1,2   | 19,9     |
|            |             |        | Фрукты                          | 200      |      | 68           | 5     | 3,2   | 3,5      |
|            |             |        |                                 |          |      |              |       |       |          |
|            |             |        |                                 |          |      |              |       |       |          |

Директор школы



Измайлова Н.Я.