МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 01.03.2024

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	59-2006	Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	54,59	14,1	10,3	15,2	209,9
		510-2004	Каша гречневая вязкая отварная	180	12,6	2	5,4	29,2	173,4
	гор.напиток	685-2004	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	15	60,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	2	0,7	0,1	9,4	41,3
	йогурт		Йогурт молочный полужирный	125	22,27	1,8	1,5	4,5	38,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2	1	0,3	8,1	38,9
	яйцо	300-2013	Яйцо вареное	40	10,24	5,1	4,6	0,3	63
Обед	закуска	17-2013	Салат из свежих огурцов	100	17,22	0,7	5,1	2,5	58,7
	1 блюдо	147-2013	Суп с макаронными изделиями с курицей	260	21,5	7,3	6,1	18,5	158,1
	2 блюдо	439-2004	Печень, тушеная с овощами	120	58,43	14	12,9	5,9	195,7
	гарнир	208-2013	Картофель толченый, по=деревенски	180	21,82	4,9	7,7	33	220,9
	напиток	638-2004	Компот из кураги	200	11,43	0,9	0	31,3	128,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	4	2	0,6	16,2	77,8
	хлеб черн.		Хлеб "Славянский"	40	4	1,9	0,4	17,5	81