МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 07.03.2024

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	410-2013	Фрикадельки из кур (2 шт по 50гр)	100	48,58	162,9	10,8	10,9	5,4
		510-2004	Каша гречневая вязкая отварная	180	14,3	173,4	2	5,4	29,2
	гор.напиток	630-1996	Чай с молоком	200	14	94,1	2,8	2,5	15,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2	38,9	1	0,3	8,1
		106-2013	Нарезка из огурцов	80	11,82	20,5	1,1	0,1	3,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	2	40,5	0,7	0,1	9,4
			Чоко-пай	50	15	158	2	3	32
	итого			650	107,7	688,3	20,4	22,3	103
Обед	закуска	70-2006	Овощи свежие	100	13,8	11,3	0,7	0,1	1,9
	1 блюдо	139-2004	Суп гороховый с гренками	270	29,8	176,1	3,1	4,1	31,7
	2 блюдо	345-2013	Биточки рыбные	100	49,3	235,7	15,5	12,9	14,4
	гарнир	208-2013	Картофель толченый, по-деревенски	180	19,9	220,9	4,9	7,7	33
	напиток	518-2013	Сок яблочный	200	15,6	90	0,4	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный витаминизированный	60	6	116,8	3	0,8	24,3
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	4	81	1,9	0,4	17,5