МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 13.03.2024

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	493-2004	Фрикассе из птицы	100	65,1	18,5	18,7	0,7	245,1
		416-2013	Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	23,9	3,2	7,7	37,9	233,7
	гор.напиток	630-1996	Чай с молоком	200	10,7	2,8	2,5	15,1	94,1
	хлеб		Хлеб ржаной	20	2	0,7	0,1	9,4	41,3
	фрукты								
			Конфета "Картошка"	20	6	0,4	0,5	5,4	27,7
Обед	закуска	106-2013	Овощи натуральные	100	15	1,1	0,1	3,8	20,5
	1 блюдо	111-2004	Борщ "Сибирский" со сметаной	255	26	3,5	4,7	18	128,3
	2 блюдо	341-2013	Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	49,6	23,8	18,8	5,1	284,8
	гарнир	520-2004	Пюре картофельное	180	19	3,9	5,9	26,7	175,5
	напиток	518-2013	Сок яблочный	200	18,8	0,4	0	22	90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный витаминизированный	60	6	3	0,8	24,3	116,8
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	4	1,9	0,4	17,5	81