МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 19.03.2024

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	437-2004	Гуляш из говядины	100	67,8	9,1	7,5	3,4	117,5
		508-2004	Каша гречневая, рассыпчатая	180	10,86	3,7	7,9	50	285,9
	гор.напиток	642-1996	Какао с молоком	200	15,37	3,4	3,2	21,2	127,2
	хлеб		Хлеб ржаной	20	2	0,7	0,1	9,4	41,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2	1	0,3	8,1	38,9
	закуска	10-2013	Нарезка овощная	80	9,67	1	0,1	12,8	55,8
Обед	закуска	66-2013	Салат картофельный с огурцами	100	19,18	1,6	5	8,4	85
	1 блюдо	119-2006	Уха ростовская	280	32,8	5,5	5,9	18,9	150,5
	2 блюдо	410-2013	Фрикадельки из кур	100	49,52	10,8	10,9	5,4	162,9
	гарнир	516-2004	Макаронные изделия отварные	180	10,6	3,8	3,4	41,1	210,2
	напиток	705-2004	Напиток из плодов шиповника	200	16,3	0,2	,	22,2	89,2
	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