МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 01.10.2024

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	388-2004	Котлета рыбная запеченая	100	55,9	176,3	10,3	9,3	12,9
		520-2004	Пюре картофельное	180	16,34	175,5	3,9	5,9	26,7
	гор.напиток	690-2004	Кофейный напиток	200	13,9	90,9	2,3	2,5	14,8
	хлеб		Хлеб ржаной	20	2	41,3	0,7	0,1	9,4
	фрукты								
		№3-2004	Бутербрд с сыром	40	19,56	107,4	5,7	6,2	7,2
Обед	закуска	70-2006	Огурцы свежие	100	13,73	11,3	0,7	0,1	1,9
	1 блюдо	110-2004	Борщ с капустой и картофелем, со	275	25,1	120,1	2,3	4,9	16,7
	2 блюдо	494-2004	Курица запеченная домашняя	100	61	203,5	16,2	15,1	0,7
	гарнир	224-2004	Рагу из овощей	180	16,57	214,5	5,2	11,3	23
	напиток	518-2013	Сок мультифрукт	200	12	138	0,5	0	34
	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